

**INDIVIDUELE AANPASSING BINNE DIE
INTEGRASIEPROSES VAN DIE
SUID-AFRIKAANSE NASIONALE WEERMAG**

deur

BEN ERWEE LUDIK

voorgelê ter gedeeltelike vervulling van die vereistes vir
die graad

MAGISTER ARTIUM

in die vak

BEDRYFSIELKUNDE

aan die

UNIVERSITEIT VAN SUID-AFRIKA

STUDIELEIER: PROF F VAN N CILLIERS

JUNIE 1996

DANKBETUIGINGS

“Aan Hom wat deur Sy krag wat in ons werk, magtig is om oneindig meer te doen as wat ons bid of dink, aan Hom kom die eer toe.” Ef 3: 20,21.

Die volgende persone en instansies word opreg bedank:

Prof Frans Cilliers, my studieleier, vir deurlopende ondersteuning en leiding.

Kol Olivier, bevelvoerder van die Militêre Psigologiese Instituut, vir die geleentheid om die navorsing te kon uitvoer.

Phillip Cornelius, van die navorsingafdeling by die Militêre Psigologiese Instituut, vir die statistiese berekenings.

Gladis Nkondo, maatskaplike werker by die Boksburg Detensiekaserne, vir die administratiewe reëlings wat die afneem van die vraelyste en kwalitatiewe onderhoude vooraf gegaan het.

Kol Wiese, direkteur van die Militêre Polisiekorps in die Suid-Afrikaanse Nasionale Weermag, wat die uitvoering van die navorsing by Boksburg Detensiekaserne goedgekeur het.

Prof Hennie Groeneveld, van die Universiteit van Preteoria, vir hulp en advies tydens afronding.

Wouter Kruger, taalkundige by die Suid-Afrikaanse Geneeskundige Dienste, vir taalversorging.

Die sestion lede wat deel gevorm het van die steekproef vir die navorsing.

Die Militêre Psigologiese Instituut en Boksburg Detensiekaserne, wat die uitvoering van die navorsing moontlik gemaak het.

OPSOMMING
INDIVIDUELE AANPASSING BINNE DIE
INTEGRASIEPROSES VAN DIE
SUID-AFRIKAANSE NASIONALE WEERMAG
DEUR
BEN ERWEE LUDIK

STUDIELEIER : PROF F VAN N CILLIERS
GRAAD : MAGISTER ARTIUM
VAK : BEDRYFSIELKUNDE

Die doel van die navorsing is om die individu se aanpassing tydens integrasie te ondersoek. 'n Gedragsprofiel vir aanpassing word in die literatuuroorsig voorgestel volgens sin van koherensie as konstruk van die salutogenese paradigma. Empiries word die lewensoriëntasievraelys as psigometriese instrument gebruik om sterkte van sin van koherensie te bepaal. Kwalitatiewe onderhoude, gegrond op fenomenologiese beginsels, word gebruik om aanpassing kwalitatief te evalueer.

In die navorsingsontwerp is daar sprake van verkennende, beskrywende en verklarende navorsing en nie-waarskynlikheidsteekproeftrekking word gebruik. Kwantitatiewe en kwalitatiewe resultate word gekoppel ten einde interne geldigheid op kontekstuele vlak te verseker.

Bevindinge toon dat betekenisvolheid van die integrasieproses die vernaamste verskil maak tussen aanpassing en nie-aanpassing. Verstaanbaarheid binne grense van die onmiddellike omgewing en hantering van instrumentele eise sonder om die fokus op emosionele parameters te plaas, fasiliteer verdere aanpassing.

Relevante sleutelwoorde is aanpassing, stres, patogenese, salutogenese, sin van koherensie, verstaanbaarheid, hanteerbaarheid, betekenisvolheid, fenomenologie en triangulasie.

SUMMARY
INDIVIDUAL COPING DURING THE
INTEGRATION PROCESS OF THE
SOUTH AFRICAN NATIONAL DEFENCE FORCE
BY
BEN ERWEE LUDIK

STUDY LEADER : PROF F VAN N CILLIERS
DEGREE : MAGISTER ARTIUM
SUBJECT : INDUSTRIAL PSYCHOLOGY

The aim of this research is to study individual coping during integration. A behavioural profile for coping is proposed in the literature study based on sense of coherence, a construct of the salutogenesis paradigm. Empirically the psychometric instrument, orientation to life questionnaire, is used to determine the strength of sense of coherence. Qualitative interviewing, based on phenomenological principles, is used to evaluate coping qualitatively.

In the research design there are signs of exploratory, descriptive and explanatory research and nonprobability sampling is used. Quantitative and qualitative results are combined to ensure internal validity on a contextual level.

Findings showed that meaningfulness of the integration process is the major difference between coping and not coping. Comprehensibility within the boundaries of the immediate environment and the management of instrumental demands without focusing on the emotional parameters, facilitate further coping.

Relevant keywords are coping, stress, pathogenesis, salutogenesis, sense of coherence, comprehensibility, manageability, meaningfulness, phenomenology and triangulation.

INHOUDSOPGAWE

HOOFSTUK 1: INLEIDING

BLADSY

1.1	AGTERGROND EN MOTIVERING VIR DIE ONDERSOEK	1
1.2	PROBLEEMSTELLING EN NAVORSINGSVRAE	4
1.3	DOELSTELLINGS	8
1.4	NAVORSINGSMODEL	9
1.5	PARADIGMATIESE PERSPEKTIEF VAN DIE NAVORSING	10
1.5.1	Die intellektuele klimaat	11
1.5.2	Die mark van intellektuele hulpbronne	16
1.6	NAVORSINGSONTWERP	21
1.7	NAVORSINGSMETODE	23
1.8	HOOFSTUKINDELING	25

HOOFSTUK 2: SALUTOGENIESE PARADIGMA

2.1	OORSPRONG VAN SALUTOGENESE	26
2.2	PATOGENESE TEENoor SALUTOGENESE	27
2.2.1	Aard van patogeniese denke	29
2.2.2	Salutogeniese beginsels en alternatiewe voorstelle	30
2.2.2.1	Kontinuum eerder as digotomie	31
2.2.2.2	Die storie eerder as die siekte	31
2.2.2.3	Voordelige faktore eerder as risiko faktore	31
2.2.2.4	Beskou stressors eerder salutogenies as patogenies	32
2.2.2.5	Aanpassing eerder as die "magic bullet" benadering	32
2.2.2.6	Uitsonderings eerder as bevestiging van hipoteses	32
2.2.3	'n Komplimenterende verhouding: Patogenese en salutogenese	33
2.3	SALUTOGENESE	35
2.3.1	Salutogeniese vraag en antwoord	36
2.3.2	Ander salutogenetiese konstrunkte	37
2.3.2.1	Geharde persoonlikheid - Kobasa	37
2.3.2.2	Potensie - Ben-Sira	38
2.3.2.3	Aangeleerde vernuf - Rosenbaum	38

2.3.2.4 Self-doeltreffendheid - Bandura	39
2.3.2.5 Lokus van kontrole - Rotter	40
2.3.2.6 Sin van permanentheid - Boyce	40
2.3.2.7 Tereine van sosiale klimaat - Moos	40
2.3.2.8 Vatbaar maar onsigbaar - Werner	41
2.3.3 Salutogenese as 'n wyer konsep: Fortigenese	42
2.3.4 Salutogenese: Integrasie vanuit die sisteembenadering	43
2.3.4.1 Die self en die omgewing - Skakeling teenoor isolasie	44
2.3.4.2 Omgewingsinset - Informasie teenoor geraas	44
2.3.4.3 Interne prosessering - Geïntegreer teenoor deurmekaar	45
2.3.4.4 Uitset - Besikbaarheid van hulpbronne	46
2.3.4.5 Terugvoer - Responsief teenoor verwerping	47
2.4 SAMEVATTING	47

HOOFSTUK 3: SIN VAN KOHERENSIE

3.1 ROL VAN KOHERENSIE IN INDIVIDU-OMGEWINGINTERAKSIE	48
3.1.1 Kompleksiteit	49
3.1.2 Konflik	50
3.1.3 Chaos	50
3.1.4 Koherensie	51

3.1.5	Dwang	51
3.1.6	Beleeftheid	52
3.2	SIN VAN KOHERENSIE - OMSKRYWING	53
3.3	DRIE KOMPONENTE VAN SIN VAN KOHERENSIE	55
3.3.1	Verstaanbaarheid	56
3.3.2	Hanteerbaarheid	57
3.3.3	Betekenisvolheid	59
3.4	DINAMIKA VAN SIN VAN KOHERENSIE	60
3.4.1	Verhoudinge tussen die drie komponente	60
3.4.2	Sin van koherensie en grense	62
3.4.3	"Generalized Resistance Resources (GRR)" en die sin van koherensie	63
3.5	ONTWIKKELING VAN DIE SIN VAN KOHERENSIE	66
3.5.1	Konsekwentheid	67
3.5.2	Onderlading-oorladingbalans	67
3.5.3	Deelname in besluitneming	68
3.6	STRESERVARING EN DIE ROL VAN SIN VAN KOHERENSIE	69

3.6.1	Beoordelingsproses	70
3.6.1.1	Primêre beoordeling I - Definieer stressor	70
3.6.1.2	Primêre beoordeling II - Aard van stressor	71
3.6.1.3	Primêre beoordeling III - Emosionele en kognitiewe prosesse	71
3.6.1.4	Sekondêre beoordeling - Keuse en implimentering van strategieë en GRR	72
3.6.1.5	Tersiêre beoordeling - Terugvoer en regstellings	73
3.6.2	Die sterk sin van koherensieprofiel	74
3.6.3	Sterk sin van koherensie in die werkplek	78
3.7	SAMEVATTING	79

HOOFSTUK 4: EMPIRIESE EN FENOMENOLOGIESE ONDERSOEK

4.1	STAP 1: BEPALING VAN DIE POPULASIE EN STEEKPROEF	81
4.2	STAP 2: KEUSE VAN PSIGOMETRIESE INSTRUMENT	82
4.2.1	Rasionaal	83
4.2.2	Ontwikkeling	83
4.2.3	Beskrywing	84
4.2.4	Administrasie	85
4.2.5	Interpretasie	85

	x
4.2.6 Betroubaarheid	86
4.2.7 Geldigheid	87
4.2.8 Motivering vir insluiting	88
4.3 STAP 3: AFNEEM VAN PSIGOMETRIESE INSTRUMENT	88
4.4 STAP 4: RANGSKIKKING VAN INDIVIDUELE TELLINGS	89
4.5 STAP 5: SAMESTELLING VAN DIE KWALITATIEWE ONDERHOUD	90
4.4.1 Rasionaal	90
4.4.2 Ontwikkeling	91
4.4.3 Beskrywing	93
4.4.4 Administrasie	95
4.4.5 Interpretasie	96
4.4.6 Betroubaarheid	97
4.4.7 Geldigheid	98
4.4.8 Motivering vir insluiting	98
4.6 STAP 6: TOEPASSING VAN DIE KWALITATIEWE ONDERHOUD	99

4.7 STAP 7: ANALISE EN RAPPORTERING VAN DATA	99
4.7.1 Kwantitatiewe analise	100
4.7.2 Kwalitatiewe analise	102

HOOFSTUK 5: RESULTATE

5.1 LEWENSORIENTASIEVRAELYS	104
5.1.1 Beduidendheid van biografiese veranderlikes	105
5.1.2 Korrelasies tussen die komponente van sin van koherensie en totaaltellings	107
5.1.3 Beduidende verskille tussen bo- en ondergemiddelde sin van koherensietellings	109
5.1.4 Itemverskille tussen bo- en ondergemiddelde sin van koherensietellings	111
5.2 KWALITATIEWE ONDERHOUD	113
5.2.1 Beskrywing van individuele sin van koherensie	113
5.2.2 Verstaanbaarheid	116
5.2.3 Hanteerbaarheid	118
5.2.4 Betekenisvolheid	120
5.2.5 Itemelemente	122
5.2.6 Hulpbronne	124
5.3 INTEGRASIE	125
5.3.1 Verstaanbaarheid	125

5.3.2 Hanteerbaarheid	126
5.3.3 Betekenisvolheid	127
5.3.4 Elemente by die hantering van stimuli	127
5.3.5 Hulpbronne	128
5.4 SAMEVATTING	128

HOOFSTUK 6: GEVOLGTREKKINGS, AANBEVELINGS EN LEEMTES VAN DIE NAVORSING

6.1 GEVOLGTREKKINGS	130
6.2 AANBEVELINGS	132
6.2.1 Organisasoriese aanbevelings	132
6.2.2 Teoretiese en navorsingsaanbevelings	135
6.3 LEEMTES VAN DIE NAVORSING	136
6.4 SAMEVATTING	137

VERWYSINGS	138
------------------	-----

LYS VAN DIAGRAMME**BLADSY**

Diagram 3.1	Die individu as komplekse wese se funksionering binne 'n dinamiese eksterne omgewing	48
-------------	---	----

LYS VAN TABELLE

Tabel 5.1	Verskille ten opsigte van ouderdom en opvoedingsvlak	106
Tabel 5.2	Korrelasies tussen die komponente van sin van koherensie en totaal- telling (nie-gekorregerde item-totaalkorrelasie)	108
Tabel 5.3	Korrelasies tussen die komponente van sin van koherensie en totaal- telling (gekorregerde item-totaalkorrelasie)	108
Tabel 5.4	Komponentverskille tussen bo- en ondergemiddelde sin van koherensie ..	109
Tabel 5.5	Verskille tussen bo- en ondergemiddelde sin van koherensie ten opsigte van itemelemente	110
Tabel 5.6	Itemverskille tussen bo- en ondergemiddelde sin van koherensie	112
Tabel 5.7	Onderhoud data ten opsigte van verstaanbaarheid	117
Tabel 5.8	Onderhoud data ten opsigte van hanteerbaarheid	118
Tabel 5.9	Onderhoud data ten opsigte van betekenisvolheid	120

HOOFTUK 1: INLEIDING

Hierdie verhandeling fokus op individuele aanpassing van werknemers tydens organisasieverandering. Meer spesifiek word verwys na die integrasie van verskillende magte in die Suid-Afrikaanse Nasionale Weermag.

In hierdie hoofstuk word die agtergrond en motivering vir die studie eerstens aangespreek, waarna die probleemstelling, navorsingsvrae, doelstellings, navorsingsmodel en paradigmatiese perspektief van die navorsing behandel sal word. Die paradigmatiese perspektief word verdeel in die intellektuele klimaat en mark van intellektuele hulpbronne, waar onderskeid getref word tussen meta-teoretiese en teoretiese konsepte wat verband hou met die navorsing. Verder word die navorsingsontwerp, navorsingsmetode en hoofstukindeling ook uiteengesit.

1.1 AGTERGROND EN MOTIVERING VIR DIE ONDERSOEK

Suid-Afrika ervaar tans van die grootste en mees ingrypende veranderinge in sy geskiedenis. Die impak hiervan op die wêreld van werk is vir die Bedryfsielkunde van besondere belang. Schein (1980, pp 187-188) beweer dat die belangstelling in organisasiedinamika verstaanbaar en toepaslik is, aangesien organisasies oop sisteme is wat bestaan en funksioneer in onsekere en dinamiese omgewings. Omgewingsverandering ontstaan byvoorbeeld as gevolg van groot politieke aksies, veranderde wetgewing, ekonomiese aksies, belasting-/begrotingaanpassings, of verhoogde omgewingsbewustheid, soos in die geval van natuurbewaring (Fossum, 1989, p 36). Dit blyk of die veranderinge 'n groot impak op die openbare sektor en veral die meer burokratiese en outokratiese organisasies het. Meer spesifiek impliseer die veranderinge die integrasie van wat vantevore as buite die organisasie en selfs die vyand, beskou is. Die integrasie van ander magte en state se lede in die nuwe Suid-Afrikaanse Nasionale Weermag (SANW) is 'n sprekende voorbeeld van dié tipe verandering.

Die eise van die omgewing sowel as die integrasie van groepe waar groot differensiasie voorkom, is besonder gekompliseerd en vereis groot verandering en aanpassing by organisasies (Lawrence & Lorsch, 1967, pp 8-11). Argyris (soos aangehaal deur Beer & Walton, 1987, p 355) is van mening dat verandering by die individu begin, terwyl ander skrywers soos Lawrence en Lorsch (1967, pp 17-18), Greenbaum, Holden en Spartaro (1983, p 61) beweer dat verandering fokus op sisteme en strukture wat gevolglik individuele verandering sal beïnvloed. Sistemies beskou impliseer dit dat verandering en direkte impak op al drie die organisasievlakke voorkom, soos onder andere deur Beer en Walton (1987, pp 355-356) beklemtoon is, en omgewingsverandering vereis implimentering en aanpassing deur organisasies, groepe en individue (Fossum, 1989, p 36).

Op die makro-vlak vind organisatoriese veranderinge plaas. Nuwe beleid, prosedures, kultuur en nuwe personeel is voorbeelde van veranderinge wat verwag kan word (Fossum, 1989, p 36), en die probleem word deur middel van meganiese insette soos organisasie-herstrukturering hanteer (Lawrence & Lorsch, 1967, p 18).

Op die mesovlak van groepsgedrag bestaan aansienlike verandering in die vorm van 'n nuwe werksgroep, taakvereistes en fisiese omgewing (Fossum, 1989, p 36), en word die herstrukturering van afdelings en departemente as meganiese insette gedoen terwyl spanbou 'n meer dinamiese inset is. Friedlander en Schott (soos aangehaal deur Beer & Walton, 1987, p 358) beskryf spesifiek die gebruik van groepe as intervensie-agent tydens organisasieverandering.

Op die mikrovlak van individuele gedrag word verandering op 'n persoonlike vlak beskou as dit die individu direk beïnvloed (Fossum, 1989, p 36). Gmelch (1982, p 55) beweer dat verandering 'n integrale deel is van die lewe en dat ontwikkeling voorkom tydens verandering. Verandering kan plaasvind op sosiale, persoonlike, familie, gemeenskaps of werksvlakke, en al die veranderinge kan die mens se lewe aansienlik beïnvloed. Fossum (1989, p 36) skryf dat verandering altyd vir 'n individu plaasvind ongeag van die vlak waarop dit plaasvind. Die verskillende vlakke van verandering beskryf die omstandighede waarin die veranderinge plaasvind.

Die meeste mense het 'n sterk reaksie teenoor enige verandering. Een van die sterkstes kan wees 'n gevoel van verlies wat gepaard gaan met weerstand teen aanvaarding van die nuwe rigting. Weerstand teen verandering kom hoofsaaklik in twee vorme voor, naamlik sistemies en gedragverwant (Plant, 1987, p 19). Sistemiese weerstand ontstaan as gevolg van 'n gebrek aan voldoende kennis, informasie, vaardighede en bestuurskapasiteit. Gedragsverwante weerstand beskryf weerstand wat ontstaan as gevolg van die reaksies, persepsies en aannames van individue of groepe in die organisasie.

Die grootste fout in die bestuur van verandering is om die effek wat die verandering op die mense het, te onderskat. Dit word selde besef hoe traumaties dit kan wees om bekende werkspatrone prys te gee (Scott & Jaffe, 1989, p 22). Gmelch (1982, p 55) stel verandering as 'n stressor voor. Tydens verandering moet mense leer om van die bekende na die onbekende te beweeg. Selfs wanneer verandering positief is, beïnvloed die psigologiese proses die mens wat betrokke is.

Fossum (1989, p 40) dui daarop dat die individu deur vier fases beweeg tydens verandering, naamlik ontkenning (geloof dat niks uitermatig besig is om te gebeur en dat dit 'n persoon nie sal beïnvloed nie), weerstand (kan verskeie vorme aanneem wat varieer vanaf negatiewe houdings tot totale weerstand), aanpassing (begin om verandering te aanvaar), en betrokkenheid (die individu neem aktief deel). Die individu se oriëntasie tot die verandering en die wyse of mate waarin hy/sy deur die bogenoemde fases beweeg (indien enigsins), word sterk beïnvloed deur 'n persoon se sin van koherensie, soos in hoofstuk 3 voorgestel word.

Om die aard van die verandering beter te verstaan, is dit nodig om eerstens te kyk na die mate waarin die verandering die status quo verander (Smeltzer, 1991, pp 7-9). Dit behels die beweging van die bekende na die onbekende, en hoe groter die waargenome verandering, hoe groter behoort die bedreiging te wees. Tweedens is die verandering gelaai met 'n sekere emosionele intensiteit. Waar verandering 'n sekere betekenis inhou vir die individu op 'n kognitiewe en emosionele vlak, sal die tipe verandering en die omvang daarvan bepaal tot watter mate die ervaring kognitief of emosioneel belaa is. Hoe meer die verandering aspekte versteur wat persoonlike betekenis inhou, byvoorbeeld salarisse, verhoudings en werksekuriteit, hoe meer emosie behoort betrokke te wees en moet die situasie met die nodige sensitiwiteit hanteer word.

Derdens sal die graad van kontroversie ook 'n rol speel, waar die proses se waargeneemde duidelikheid en sinvolheid bepalend kan wees in die mate van weerstand wat verwag kan word.

Dit blyk of die meeste organisasies tans nie die veranderingsproses verstaan nie, of dit probeer vermy of ontken, waar die organisasie in hierdie omstandighede nie aan die individu se ervaring van die verandering wil aandag gee nie, en hom/haar gevolglik aan eie reserves oorlaat om aan te pas. Strümpfer (1990, p 266) beweer dat endemiese stres (kondisies van deurlopende veranderinge, eise, bedreigings en ontneming wat daaglik voorkom) afgeskeep word in navorsing en dat die individu se ervaring en aanpassing by die endemiese kondisies ontken word. Beer en Walton (1987, p 353) beklemtoon die belangrikheid daarvan dat betuurers meer tyd sal moet bestee aan individuele werknemers se bekommernisse, gevoelens en persepsies.

Greenhaus (1987, p 193) wys daarop dat effektiewe aanpassingstyle mense kan help en beskerm teen die destruktiewe effek van te veel stres. Vanuit die salutogeniese paradigma blyk dit dat aanpassing en nie-aanpassing kwalitatief verskil (Strümpfer, 1990, pp 265-274). By aanpassing is daar byvoorbeeld sprake van 'n sin van koherensie, 'n geharde persoonlikheidstyl en aangeleerde vernuf. By nie-aanpassing is daar sprake van 'n gebrekkige sin vir samehang en toegewydheid, aangeleerde hulpeloosheid en eksterne lokus van kontrole. Of hierdie onderskeid 'n rol speel in die hantering van organisasieverandering, met spesifieke verwysing na die integrasie van groepe waar groot differensiasie voorkom, is nog nie in Suid-Afrika ondersoek nie.

1.2 PROBLEEMSTELLING EN NAVORSINGSVRAE

Die relatiewe nuwigheid en uniekheid van hierdie veranderingsproses in die Suid-Afrikaanse situasie, lei daartoe dat die meganiese en makrokomponente daarvan objektief erken en aangespreek word en, soos Beer en Walton (1987, pp 355-362) ook aangedui het, die dinamiese en mikrokomponente daarteenoor ontken word. Die groter fokus op die eersgenoemde is moontlik ten koste van die tweede.

By nadere ondersoek blyk dit in die praktiese werksituasie dat die veranderingsproses manifesteer in die feit dat sommige individuele werknemers by die verandering aanpas en ander nie. Die individue wat aanpas, ervaar skynbaar kwaliteit van werkslewe, en die wat nie aanpas nie, se kwaliteit van werkslewe is skynbaar laag. Kwaliteit van werkslewe vanuit die oogpunt van die werknemer verwys na die werker se reaksie teenoor die werk uitgedruk in terme van tevredenheid, byvoorbeeld gesondheid, sekuriteit, persoonlike groei, voldoende inkomste en algemene werkstevredenheid (Sashkin & Burke, 1987, pp 398-399). In hierdie navorsing word daar eerder verwys na psigiese welstand, as resultaat van aanpassing binne die integrasie proses. Dit is egter nog onseker of daar hier sprake is van 'n duidelik waarneembare aanpassing- en nie-aanpassing- profiel in gedragsterme.

French en Caplan (soos aangehaal deur Adams, 1980, p 45) wys daarop dat groot burokratiese organisasies unieke kragte uitoefen op die individu, wat aanleiding gee tot werkstres. Stres neem destruktiewe proporsies aan wanneer die eise van die situasie die vermoë van die individu om daarby aan te pas oorskry (Ross & Altmaier, 1994, pp 12-13). Meer spesifiek word hierdie nie-aanpassing gekenmerk deur verskeie simptome wat manifesteer in organisasiegedrag. Beerh en Newman (soos aangehaal deur Ross & Altmaier, 1994, pp 12-13) en Greenhaus (1987, p 193) skryf dat waargenome stres verskeie spanningsimptome vir die individu veroorsaak en hierdie spanninge kan manifesteer in drie kategorie van simptome, naamlik psigologiese simptome (soos depressie, werksontevredenheid, angs, frustrasie, isolasie en verveling), fisiologiese simptome (soos hoofpyn, slaaploosheid, maagsere en kardiovaskulêre siektes), en gedragssimptome (soos afwesigheid, arbeidsomset, drankgebruik, interpersoonlike probleme, werksongelukke en afname in produktiwiteit). Hierdie fisiese, psigologiese, en gedragverwante simptome as gesamentlike uitvloeisel van stres kan aanleiding gee tot sekere omgewingsgevolge soos interpersoonlike konflik by die werk en by die huis, swak kommunikasie en interaksieprobleme (Zimbler, Salamon, Yom Tov & Gruzol, 1985, p 15). Cranwell-Ward (1987, p 85) beweer dat die gevolge van werkstres heel moontlik die huislike lewe affekteer. Adams (1980, pp 64-68) verwys ook na navorsing wat die verskyning van die bogenoemde simptome ondersteun, waar dit veral aan die lig kom dat interpersoonlike verhoudinge en werknemerdeelname negatief beïnvloed word. Stres het 'n rimpeleffek deurdat dit die mens se alledaagse lewe raak. Dit kan tot 'n persoon se gesinslewe betrek en beïnvloed die individu se gedrag, denke en gevoelens (Roos & Moller, 1988, pp 16-17).

Oormatige stres hou nie net negatiewe gevolge vir die individuele werker in nie, maar ook vir die organisasie waar 'n stresvolle werknemer voorkom. Vir die onderneming kan oormatige spanning tot gevolg hê dat daar 'n verlaging in die produktiwiteit van die werknemer voorkom, asook 'n verhoging in werksafwesigheid, werksomset en die aantal griewe binne werksverband (Gerber, Nel & Van Dyk, 1987, p 445). In aansluiting by Gerber et al, kom dit uit Greenhaus (1987, p 194) na vore dat uitermatige stres werksbetrokkenheid en produktiwiteit kan verlaag en verder werksongelukkigheid, afwesigheid en werksomset kan verhoog. Ross en Altmaier (1994, p 15) dui verder aan dat die genoemde simptome van nie-aanpassing nadelig inwerk op die organisasie se funksionering met gepaardgaande hoë finansiële onkoste.

Vir die individu blyk dit dus of die affektiewe (byvoorbeeld stres, spanning, angs, aggressie, en ontevredenheid) en gedragsmanifestasies (byvoorbeeld swak deelname en destruktiewe interpersoonlike verhoudinge) van die verandering, die mees direkte oorsprong van die probleem is. Omdat die militêre organisasieklimaat nie die uitspraak van gevoelens akkommodeer nie, is die meeste individue se hanteringsmeganismes om die ervaring te onderdruk en voor te gee dat alles wel is. Tydens die fasilitering van die SANW se psigologiese integrasieprogram, waartydens emosionele ervarings uit die verlede en hede aangespreek word, het hierdie verskynsel na vore gekom. Onder die oppervlakte van sogenaamde aanpassing, blyk dit dat die individu onder baie druk en emosionele pyn gebuk gaan.

Binne die militêre klimaat word verwag dat die individu beheersd en korrek sal optree ten alle tye en dat bevel en verandering aanvaar en uitgevoer behoort te word. Wanneer die individu dus nie die verandering aanvaar of nie in beheer voel van sy lewêreld nie, word die gevoel onderdruk en vervang met gedrag wat deur die organisasie verwag word. Onderliggend ervaar die individu dus besondere stres wat aanleiding gee daartoe dat moeilik aangepas word by omstandighede en emosionele ervarings. Die salutogeniese paradigma (nasporing van oorsprong van gesondheid), as voorgestelde antwoord vir die probleem, beklemtoon die faktore wat bydra tot beter en gesonder aanpassing van die individu ten spyte van die alomteenwoordigheid van stressors (Strümpfer, 1990, p 266). Die salutogeniese paradigma sal dus as uitgangspunt vir die navorsing dien, waar sin van koherensie (Antonovsky, 1987a, pp 15-32) as salutogeniese konstruk meer spesifiek aandag sal geniet. Sin van koherensie bestaan uit drie komponente, naamlik verstaanbaarheid, hanteerbaarheid en betekenisvolheid, wat nodig is

om die aanpassingsproses sinvol te kan fasiliteer. Shalit (soos aangehaal deur Antonovsky, 1987a, pp 60-61) het navorsing gedoen in Swede waar spesifiek gekyk is na effektiewe prestasie in 'n militêre omgewing, met spesifieke verwysing na aanpassing. Hierdie navorsing se bevindinge toon 'n sterk ooreenkoms met die beskrywings en invloed van verstaanbaarheid, hanteerbaarheid en betekenisvolheid.

Met die integrasieproses in die SANW is daar op die oog af reeds tekens van nie-aanpassing en aanpassing wat by individue voorkom. Presies wat hierdie individuele proses en sy hanteringsmeganismes is, bly egter onseker. Wat wel bekend is, is dat die stresreaksie of aanpassing van die individu bepaal word deur die stressor sowel as die tipe persoon wat daarby moet aanpas (Adams, 1980, pp 10-12). Hierdie veranderingsproses en stressor/streservaring-verhouding word later in die hoofstuk onder die paradigmatische perspektief kortliks beskryf, waarteenoor die sin van koherensie (hoofstuk 3) 'n fasiliterende rol inneem.

Die vraag ontstaan dus hoe individuele verskille in sin van koherensie as salutogenetiese konstruk, aanpassing in die integrasieproses beïnvloed. Folkman, Lazarus, Gruen en Delonges (1986, p 578) maak die volgende stelling:

...researchers should turn their attention to how they might more effectively identify the stable aspects of stressful person-environment transactions, and the appraisal and coping processes that occur within their context.

Vanuit die probleemstelling word die volgende **navorsingsvrae** geformuleer wat in die loop van die navorsing beantwoord sal word:

- (a) Kan daar vanuit salutogenese as paradigma, teoretiese riglyne verskaf word wanneer die navorsingsfokus val op die stabiele aspekte van die stresvolle persoon-omgewinginteraksie ?
- (b) Kan 'n gedragsprofiel vir aanpassing, met verwysing na sin van koherensie as veranderlike in hierdie navorsing, saamgestel word ?

- (c) Is dit moontlik om psigometries te identifiseer watter individue binne die steekproef 'n sterker sin van koherensie toon, en kwantitatiewe verskille tussen bo- en ondergemiddelde sin van koherensie-tellings te rapporteer en te bespreek ?
- (d) Kan daar met die hulp van in-diepte-onderhoude kwalitatief bepaal word watter faktore daartoe aanleiding gee dat sekere persone beter aanpas binne die integrasieproses as ander, met verwysing na sin van koherensie ?
- (e) Watter gevolgtrekkings kan met die koppeling van kwalitatiewe en kwantitatiewe data rakende sin van koherensie, geformuleer word, waaruit organisatoriese aanbevelings gemaak kan word ten einde individuele aanpassing te stimuleer ?

1.3 DOELSTELLINGS

1.3.1 Die **algemene doelstelling** van hierdie navorsing is om die individuele werknemer se aanpassing ten tye van organisasieverandering (integrasie) te ondersoek.

1.3.2 Die **spesifieke doelstellings** is soos volg:

- (a) Om vanuit salutogenese as paradigma, teoretiese riglyne te verskaf, waar die navorsingsfokus val op die stabiele aspekte van die stresvolle persoon-omgewinginteraksie.
- (b) Om 'n gedragsprofiel vir aanpassing, met verwysing na sin van koherensie as veranderlike in die navorsing, saam te stel.
- (c) Om psigometries te identifiseer watter individue binne die steekproef 'n sterker sin van koherensie toon, en kwantitatiewe verskille tussen bo- en ondergemiddelde sin van koherensie-tellings te rapporteer en te bespreek.

- (d) Om met die hulp van kwalitatiewe onderhoude te bepaal watter faktore daartoe aanleiding gee dat sekere persone beter aanpas binne die integrasieproses as ander, met verwysing na sin van koherensie.
- (e) Om gevolgtrekkings te formuleer deur die koppeling van kwalitatiewe en kwantitatiewe data rakende sin van koherensie, waaruit organisatoriese aanbevelings gemaak kan word ten einde individuele aanpassing te stimuleer.

1.4 NAVORSINGSMODEL

Die **navorsingsmodel van Mouton en Marais** (1992, p 7) word as uitgangspunt in hierdie navorsing gebruik. Dit beteken dat die vyf dimensies van geesteswetenskaplike navorsing, naamlik die sosiologiese (gemeenskaplike/kollaboratiewe handeling), ontologiese (aspekte van die werklikheid), teleologiese (gerig op die begrip van verskynsels), epistemologiese (geldige en betroubare begrip van die werklikheid) en metodologiese (objektiewe werkswyse) dimensies, in die konteks van hierdie navorsing aangespreek sal word. Die aanname van hierdie model is dat navorsing 'n sosiale proses is.

Die **stelsel-teoretiese raamwerk** sal gebruik word om die drie substelsels, soos wat dit met mekaar en met die navorsingsdomein, soos gedefinieer in die dissipline Bedryfsielkunde, in wisselwerking te verklaar. Die substelsels waaroor gerapporteer word is die intellektuele klimaat, die mark van intellektuele hulpbronne en die navorsingsproses self.

Die **intellektuele klimaat** verwys na meta-teoretiese aannames van die navorsing, en die verskeidenheid nie-epistemiese waardesisteme of oortuigings wat in hierdie navorsing onderskryf word (Mouton & Marais, 1992, pp 21-22). Hierdie oortuigings, waardes en aannames het nie regstreeks met die epistemiese oogmerk van die navorsing te make nie. Die oorsprong is hoofsaaklik filosofies van aard en is nie toetsbaar of bedoel om getoets te word nie. Vir doeleindes van hierdie navorsing word sodanige aannames oor bedryfsielkunde, organisasieverandering, integrasie, stres, werkstres, geestesgesondheid, bedryfsgeestesgesondheid, psigiese welstand, psigometrika en sisteemtoerie, geformuleer.

Die **mark van intellektuele hulpbronne** dui op die versameling oortuigings wat regstreeks te make het met die epistemiese status van wetenskaplike stellings (Mouton & Marais, 1992, pp 22-24). Twee hoofipes epistemiese oortuigings kan onderskei word, naamlik die teoretiese oortuigings oor die aard en struktuur van die domeinverskynsels, en die metodologiese oortuigings oor die aard en struktuur van navorsing oor die domeinverskynsels. Vir doeleindes van hierdie navorsing word 'n sentrale hipotese en konseptuele omskrywing oor aanpassing vanuit die salutegieniese paradigma, en meer spesifiek sin van koherensie, aangespreek.

In die uiteensetting van die **navorsingsproses** internaliseer die navorser bepaalde insette vanuit die paradigma waarbinne die navorsing afgebaken is op 'n selektiewe wyse, ten einde hom in staat te stel om in vrugbare interaksie met sy navorsingsobjek in die betrokke navorsingsdomein te tree en wetenskaplik verantwoordelike navorsingsbevindinge te lewer (Mouton & Marais, 1992, pp 24-26). Ten opsigte van die besluitnemingstappe in die navorsingsproses word die navorsingsmetode in duidelik onderskeibare en opeenvolgende stappe, uiteengesit.

Operasionalisering van die navorsing word in twee fases gedoen, naamlik eerstens 'n literatuuroorsig en tweedens 'n empiriese en fenomenologiese ondersoek. Ten opsigte van 'n teoreties-metodologiese raamwerk word daar in fase een na aanpassing vanuit die sin van koherensie verwys, en ten opsigte van fase twee na die meting hiervan. In die navorsing is daar sprake van verkennende, beskrywende en verklarende navorsing wat op 'n kontekstuele belang fokus en dus meer interne as eksterne geldigheid bevorder (Mouton & Marais, 1992, pp 44-48). In terme van verkennende navorsing word 'n oorsig oor die bestaande, toepaslike literatuur gedoen wat verkryging van insig en verwerwing van begrip bewerkstellig. Deur beskrywende navorsing word in-diepte beskrywings van spesifieke individuele prosesse, interaksies en situasies gemaak. Verklarende navorsing het dan ten doel om verwantskappe tussen die afhanklike en onafhanklike veranderlike kwalitatief te verduidelik en te verstaan.

1.5 PARADIGMATIESE PERSPEKTIEF VAN DIE NAVORSING

Die navorsing word gerig deur 'n bepaalde paradigmadiese perspektief wat spesifieke stellings en die mark van intellektuele hulpbronne insluit (Mouton & Marais, 1992, p 22).

1.5.1 DIE INTELLEKTUELE KLIMAAT

Die intellektuele klimaat verwys na die verskeidenheid nie-epistemiese waardesisteme of oortuigings wat in enige gegewe periode in 'n dissipline onderskryf word (Mouton & Marais, 1992, p 21). Daar word gepoog om meta-teoreties 'n begripstelsel op te bou vir die verduideliking en vergelyking van 'n aantal teorieë wat oor dieselfde onderwerp handel of waarbinne die navorsingsteorie (onderwerp) afgebaken kan word (Plug, Meyer, Louw & Gouws, 1988, p 219). Vervolgens word meta-teoretiese konsepte vir die navorsing aangespreek.

(a) Bedryfsielkunde

In dissiplinêre verband word in die navorsing primêr gefokus op die Bedryfsielkunde. McCormick en Ilgen (1980, p 4) gee die volgende definisie vir Bedryfsielkunde:

Industrial psychology is the study of human behavior in the work-related aspects of life and the application of knowledge of human behavior to the minimization of human problems in this context.

(b) Organisasieverandering

Burke (1982, pp 73-74) beskryf organisasieontwikkeling of -verandering as 'n oop sisteem wat in interaksie is met sy omgewing om sodoende 'n toestand van balans te verkry tussen interne organisasieëlings en die omgewing. Gagliardi (1986, p 120) praat van 'n dinamiese proses waardeur organisasies en groepe voortdurend leer en ontdek hoe om by die probleme van eksterne aanpassing en interne integrasie aan te pas. Dit sluit aan by die sistemiese beskouing van Beer en Walton (1987, pp 349-350), soos gemeld in die agtergrond en motivering van die studie, waar daar verwys word na die organisasie as 'n sisteem bestaande uit drie vlakke of subsisteme. Hoewel die interaksie tussen die drie subsisteme, en beide die makro- en mesovlakke, in hierdie navorsing ter sprake is, is die fokus op die mikrovlak, die individu as sisteem wat deel vorm van die integrasieproses.

(c) Integrasie

Integrasie behels die samevoeging van dele tot 'n eenheid. In die Ontwikkelingspsigologie word na integrasie verwys as die vereniging en koördinerende funksies en dele van die sisteem om 'n hoër vlak van ontwikkeling tot stand te bring (Plug et al, 1988, p 158). Vir doeleindes van die studie behels integrasie die samevoeging van versillende magte (SAW, Apl, MK, TBVC lande) in een gemeenskaplike werksomgewing.

(d) Stres

Verskeie benaderings vir die definiering van stres kom voor in die literatuur. Cranwell-Ward (1987, pp 37-39) verwys eerstens na stres vanuit die stimulusbenadering, waar gestel word dat eksterne kragte of stressors op die mens se lewe inwerk en 'n sekere mate van spanning of druk tot gevolg het. Tweedens word stres vanuit die responsbenadering beskryf, wat impliseer dat stressors uit die omgewing op die mens se lewe inwerk, en dat dit 'n sekere fisiologiese of psigologiese stresreaksie tot gevolg het. Cranwell-Ward beweer derdens dat die interaksionele benadering as die mees volledige en omvattende siening van stres beskou word, waar die interaksie tussen die individu en sy omgewing bestudeer word. Die mens weeg die eise van die situasie of potensiële stressors op teenoor hul eie vermoë of kapasiteit om aan die eise te voldoen.

Cranwell-Ward (1987, p 40) definieer stres as volg:

Stress is the physiological and psychological reaction that occurs when people perceive an imbalance between the level of demand placed upon them and their capability for meeting that demand.

Carstens (1989, p 23) definieer vervolgens stres met verwysing na die rol van aanpassing:

Stress is a perceptual phenomenon arising from a comparison between a demand on the person and his ability to cope. An imbalance in this mechanism, when coping is important, gives rise to the experience of stress and to stress response.

Streservarings spruit nie net uit traumatiese ervarings soos in die geval van konsentrasiekampe nie (Antonovsky, 1987a, preface xiii), maar Lazarus en Folkman (1984, pp 234-242) sluit in daaglikse stressors soos kroniese omgewingskondisies, deurlopende bekommernisse en emosionele reaksies. Fried (soos aangehaal deur Strümpfer, 1990, p 266) klassifiseer stres in drie kategorieë naamlik, katastrofiese stres (rampe wat die hele omgewing of populasie beïnvloed), akute stres (gevolge van krisis en traumatiese ervarings vir 'n individu of groep wat onmiddellike aandag vereis), en endemiese stres (kondisies van deurlopende veranderinge, eise, bedreigings en ontneming wat daaglik voorkom). Die diverse oorspronge van endemiese stres manifesteer in ekonomiese, politiese, psigologiese, sosiale, fisiologiese en fisiese omgewingsgebeure en -kondisies.

Strümpfer (1990, p 266) dui aan dat daaglikse gebeure akkumuleer en toenemende spanning en verandering in gedrag veroorsaak. Stres dui dus op 'n interaksie tussen die persoon en die omgewing wat aanpassing benodig aan die kant van die individu (Ivancevich & Matleson, 1980, pp 116-117).

Lazarus (1966, p 44) beweer die teenwoordigheid van omgewingstressors produseer nie noodwendig stres nie. Dit hang af van hoe die situasie geïnterpreteer en beoordeel word. Sekere mense kan dalk 'n sekere situasie as minder belangrik beskou as andere en daardeur die vlak van waargenome stres verminder (Greenhaus, 1987, p 191). Dit is dus belangrik om te besef dat stres op sigself nie noodwendig skadelik is nie. Menige ondersoeke het tot die gevolgtrekking gekom dat 'n matige vlak van stres wel prestasie en gesondheid kan bevorder (Greenhaus, 1987, p 194). Hierdie is 'n kerngedagte wat deur salutogenese beklemtoon word en wat verskil van 'n patogeniese denkgting (siek of gesond), en die verskille word in hoofstuk 2 hanteer.

Daar bestaan 'n optimale vlak van stres wat 'n persoon in staat stel om op maksimum effektiwiteit te funksioneer. Hierdie vlak stel metafores 'n gemaksone voor en kan verskil van persoon tot persoon. Wanneer hierdie stres die gemaksone oorskry, kan negatiewe stres voorkom (Zimbler et al, 1985, p 11). Uit Brallier (1982, p 5) kom dit na vore dat daar twee basiese tipes stres bestaan. Eerstens word daar na die term "distress" verwys wat op negatiewe stres dui. Ongemak en kommer kom voor, wat lei tot uitputting, oorlading, ongesteldheid en die onvermoë om aan te pas. 'n Tweede tipe stres wat kan voorkom word deur die term "eustress"

voorgestel, en dui op positiewe stres. Hierdie tipe stres is gewoonlik opwindend en kan selfs geluk voorstel, deurdat minder skade verrig word en 'n sin van groei sigbaar is (byvoorbeeld bevordering, verbetering en prestasie). Gmelch (1982, pp 4-5) dui ook positiewe en negatiewe stres aan, maar betrek verder 'n derde tipe stres naamlik, neutrale stres. Hierdie tipe stres kan aanvanklik 'n negatiewe gevoel uitlok, maar as dit in die regte perspektief geplaas word en reg hanteer word, kan dit wel ook lei tot positiewe ervarings. Gmelch verwys na verandering as 'n voorbeeld van neutrale stres. Die uitgangspunt van die studie is dus dat die integrasieproses 'n neutrale stres voorstel en dat die individu se sin van koherensie (hoofstuk 3) sal bepaal of die neutrale stres omgeswaai word na positief of negatief.

(e) **Werkstres**

Daar moet in gedagte gehou word dat die integrasieproses binne die werkomgewing plaasvind en daar dus sprake is van werkstres. Om gevolglik die konteks van die werk te akkommodeer, word werkstres gedefinieer as die interaksie van werkkondisies en -omgewing met die karaktertrekke van die werker, waar die eise van die werk die vermoë van die werker om daarby aan te pas, onder druk plaas (Ross & Altmaier, 1994, pp 11-12). Aangesien die integrasieproses kompleks van aard is en daar waarskynlik verskeie binne-werkplek-, buite-werkplek- en intra-persoonlike veranderlikes ter sprake is, word die breë konsep van stres vir die studie in aanmerking geneem.

(f) **Geestesgesondheid en Bedryfsgeestesgesondheid**

In Plug et al (1988, p 114) word geestesgesondheid gedefinieer as 'n toestand van relatief goeie aanpassing wat gepaard gaan met 'n gevoel van tevredenheid, 'n lus vir die lewe en die aktualisering van potensialiteite en vaardighede, asook die afwesigheid van psigopatologiese toestande. Bedryfsgeestesgesondheid is die studie van die aanpassing en wanaanpassing van die individu en groepe in die werk- en organisatoriese verband (Berg, 1992, p 26). Tematies word daar in die navorsing verwys na psigiese welstand van die individu, wat op 'n skaal beweeg tussen psigies gesond en psigies siek ("ease/disease").

(g) **Psigiese welstand**

Psigiese welstand dui op die area waar 'n betrokke individu geplaas kan word op 'n kontinuum, waar pynigende emosionele en psigologiese disfunksies voorkom aan die een kant van die kontinuum teenoor 'n lewendige en gesonde sin van psigiese welstand aan die ander kant (Antonovsky, 1985, p 274). Psigiese welstand word soms gedefinieer in terme van normatiewe data en soms op grond van individuele ervarings. Normatief word psigiese welstand gemeet aan die bereiking van lewensdoelwitte en die realisering van planne, terwyl individuele ervaring gepaard gaan met lewenssatisfaksie en geluk wat gegrond is op die vervulling van basiese behoeftes. 'n Derde breë konsep beklemtoon die belangrikheid van funksionering as konsep van psigiese welstand wat bestaan uit doelgerigte gedrag en toewyding. Tevredenheid en lewensgeluk word dus nie net verkry deur uitkomst nie, maar ook deur gedrag en insette (Kalimo & Vuori, 1990, p 76).

(h) **Psigometrika**

Psigometrika behels die studie van alle aspekte van psigologiese meting, wat toegespits is op die ontwikkeling en toepassing van matematiese (aspekte van psigologie in wiskundige vorm uitgedruk) en statistiese prosedures in die Psigologie (Plug et al, 1988, p 295). Vir dié navorsing verwys dit na die meting en onderskeid tussen aanpassing en nie-aanpassing, in terme van sin van koherensie.

(i) **Sisteembenadering**

Oorkoepelend word die navorsing sistemies benader. Dit is belangrik om daarop te let dat die individu nie in isolasie funksioneer nie, maar dat verbetering van gedrag plaasvind onder sterk sosio-kulturele druk en sosio-fisiese realiteite (Antonovsky, 1984b, p 125). Die sisteemteorie konseptualiseer organisasies as sisteme van interafhanklike groepe, en die interafhanklike groepe word verbind en saamgestel uit individue wat sleutelrolle speel as skakels tussen groepe. Schein (1980, p 197) skryf dat 'n dinamiese proses van interaksie en wedersydse beïnvloeding plaasvind tussen verskillende sisteme, soos die groter, supra-sisteme (byvoorbeeld die samelewing), die organisasie en subverdelings in die werksomgewing (byvoorbeeld vergelykende organisasies,

verskaffers en sosiale groepe), organisatoriese onderverdelings (byvoorbeeld afdelings, komitees en informele groepe) en individuele subsisteme (interne en eksterne beïnvloedende faktore).

Die lewensontwikkeling en blootstelling van die mens word sistemies beskou as 'n deurlopende en aanhoudende proses of ketting van verandering en gevolglik uitdagings, beide van die eksterne omgewing (supra-sisteem) en die toenemende patroon van aanpassingsresponse deur die individu (sisteem) tot die uitdagings (Antonovsky, 1985, p 274). Die individuele sisteem word dus beïnvloed deur verskeie ander sisteme, soos die werksomgewing, kollegas, vriende, familie, interne ervarings en persepsies. Die funksionerende sisteme word gekenmerk deur invoer-, deurvoer- en terugvoerprosesse waarin 'n deurlopende beïnvloeding plaasvind in die sin dat verandering in een sisteem, ander sisteme en subsisteme behoort te beïnvloed (Anderson, 1989, p 75). Vir die doeleindes van hierdie studieprojek kan dus gestel word dat subsisteme (individuele werkers) deur sisteme (eise, omstandighede) omring word, terwyl elk van die individue saamgestel is uit verdere subsisteme (ervarings, behoeftes en persepsies). Om dinamies te groei en effektief te ontwikkel en aan te pas, verkeer die individu in voortdurende interaksie met die self, met sy/haar ervarings, behoeftes en persepsies, die eise en omstandighede, en ook die supra-sisteme (organisasie, gesin en vriende). Tematies word verwys na die individu se aanpassing tydens organisasieverandering (integrasie).

Vervolgens word die mark van intellektuele hulpbronne aangespreek.

1.5.2 DIE MARK VAN INTELLEKTUELE HULPBRONNE

Die mark van intellektuele hulpbronne dui op daardie versameling oortuigings wat regstreeks te make het met die epistemiese status van wetenskaplike stellings. Twee hoofipes epistemiese oortuigings kan onderskei word, naamlik die teoretiese oortuigings oor die aard en struktuur van die domeinverskynsels en die metodologiese oortuigings oor die aard en struktuur van navorsing oor die domeinverskynsel (Mouton & Marais, 1992, p 22). Vervolgens sal 'n sentrale hipotese, relevante meta-teoretiese stellings en die metodologiese oortuigings, geformuleer word.

1.5.2.1 Sentrale hipotese

Tydens die integrasieproses kan daar onderskei word tussen individuele werknemers wat aanpas by die eise van die verandering en ander wat nie daarby aanpas nie. Die beleving hiervan is individueel en tot 'n groot mate onbewustelik, waar die sin van koherensie-oriëntasie as salutogenetiese konstruk, aanpassing fasiliteer wat impliseer dat die individu na die positiewe kant van die "ease-disease"-kontinuum beweeg.

1.5.2.2 Teoretiese stellings van die navorsing

Die teoretiese oortuigings kan omskryf word as alle oortuigings wat toetsbare uitsprake oor sosiale verskynsels maak (Mouton & Marais, 1992, p 22). Die volgende teoretiese stellings dien as vertrekpunt vir bespreking in hierdie navorsing:

(a) Aanpassing

Murgatroyd (1982, pp 151-152) beskryf aanpassing as die probleemoplossingspogings van 'n individu waar die eise wat gestel word hoogs relevant is tot sy/haar welsyn en waar die eise sy/haar aanpassingshulpbronne op die proef stel. Daar word dus verwys na die bestuur van interne en omgewingseise en konflikte wat die individu se hulpbronne oorskry of toets.

Murgatroyd (1982, p 152) dui eerstens op aanpassing as 'n proses eerder as uitkoms. Dit dui nie noodwendig op die uitkomst nie, maar eerder op die pogings wat aangewend word om 'n stressituasie te oorkom, bemeester, verdra, verminder, minimaliseer, of daarby aan te pas. Tweedens impliseer aanpassing 'n bewuste besluit van 'n persoon as reaksie tot stres, waar sprake is van die wyse waarop die persoon dink en reageer en ook die motiewe agter die denke en reaksies. Derdens kan aanpassing gesien word as 'n vorm van informasieprosessering in die sin dat die aksies wat 'n persoon neem 'n resultaat is van terugvoer wat verkry word vanaf die omgewing en die individu se interne prosesse oor die sukses van aanpassingsgedrag. Die proses van aanpassing stel die persoon laastens in staat om geskikte aanpassingsmetodes uit te toets, waar gepoog word om 'n aanpassing te verkry tussen eise wat aan die individu gestel word en die hulpbronne of tegnieke wat gebruik word.

(b) **Salutogenese**

Hierdie navorsing word benader en aangebied vanuit die salutogenese paradigma (nasporing van oorsprong van gesondheid), waarin die basiese aanname is dat stressors alomteenwoordig is, maar nie noodwendig nadelig is nie, en dus fokus die paradigma op die faktore wat daartoe bydra dat sekere uitsonderlike individue wel goed kan aanpas by stresvolle situasies (Strümpfer, 1990, pp 266-267). Sin van koherensie as salutogenetiese konstruk, word gevolglik as die kernkonsep vir die navorsing beskou in die bestudering van aanpassing.

(c) **Sin van Koherensie**

Sin van koherensie dui op die proses waar die individu sin maak uit voortdurende stressors wat inwerk op sy lewe, en deur die herhaaldelike ervaring van sin maak, ontwikkel die persoon 'n gevoel van koherensie. Antonovsky (soos aangehaal in Strümpfer, 1990, p 268) beskryf sin van koherensie as 'n dinamiese gevoel van selfvertroue dat die stimuli van 'n persoon se interne en eksterne omgewing gestruktureerd, voorspelbaar en verklaarbaar is, die hulpbronne beskikbaar is om aan die vereistes te voldoen, en dat die eise uitdagings is wat 'n belegging impliseer.

Antonovsky (1985, p 273) wys daarop dat sin van koherensie dui op 'n algemene oriëntasie wat aanpassing fasiliteer en die proses (hoofstuk 3) toon ooreenkomste met Murgatroyd (1982, p 151-152) se beskrywing van aanpassing. Vir doeleindes van die navorsing word daar deurlopend verwys na aanpassing in terme van sin van koherensie.

1.5.2.3 Metodologiese oortuigings

Metodologiese oortuigings kan omskryf word as oortuigings wat uitsprake maak oor die aard en struktuur van wetenskap en wetenskaplike navorsing (Mouton & Marais, 1992, p 24). Daar word in die geesteswetenskaplike navorsing verwys na die metodologiese dimensie as 'n objektiewe werkswyse.

Vir die navorsing word vanuit **drie vertrekpunte** gewerk.

- Ten opsigte van die literatuuoroorsig is die vertrekpunt dat daar in die literatuur teoretiese riglyne bestaan wat lig op die probleemstelling van die ondersoek kan werp.
- Ten opsigte van die empiriese benadering is die vertrekpunt dat die mate van aanpassing by die individu in die organisasie, psigometries bepaal kan word deur gebruik te maak van 'n gestandaardiseerde instrument.
- Ten opsigte van die fenomenologiese benadering is die vertrekpunt dat die individu se ervaring van aanpassing gemeet kan word deur middel van 'n individuele in-diepte-onderhoud, gegrond op fenomenologiese oortuigings en metodiek.

Daar is **twee persoonsrolle** in die navorsing ter sprake. Die eerste persoon is die navorser in die rol van die teoretikus, psigometris en onderhoudvoerder. Die rol van teoretikus verwys na die aanbieding van die literatuuoroorsig. Psigometris verwys na die psigologiese meting van die gedragskonstruk aanpassing. Onderhoudvoerder verwys na die voer van die in-diepte-onderhoud met die individuele werknemer. Die tweede persoon is die individuele werknemer wat in die twee kategorie van die wat aanpas en die wat nieaanpas, as steekproef vir die navorsing dien.

In die navorsing is daar sprake van beide empiriese en fenomenologiese benaderings. In die **empiriese benadering** word 'n funksionalistiese raamwerk gevolg wat verwys na 'n benadering tot die psigologie waarin die funksie van belewenis en gedrag in die mens se oorlewing en aanpassing beklemtoon word (Plug et al, 1988, p 108). Dit verwys dus na die bestudering van sinvolle eenhede van psigiese verskynsels, soos visie, denke en geloof, in hulle funksionele verband deur te vra wat die betekenis daarvan vir die mens se voortbestaan en aanpassing is. Tematies word verwys na die psigometriesse identifisering van individuele werknemers wat aanpas by organisasieverandering en die werknemers wat nie daarby aanpas nie, deur gebruik te maak van die lewensorientasievraelys (hoofstuk 4).

Die **fenomenologiese benadering** vorm egter die basis van die navorsing. Brennan (1982, pp 304-312) meld dat uit die eksistensiële denkskool van veral Sartre, Husserl en Heidegger, waar die mens as eksistensiële individu bestudeer is, teoretici soos Merleau-Ponty en Binswanger die eksistensiële gedagtes omvorm het in 'n fenomenologiese benadering. Die term fenomenologie dui op die onpartydige bestudering van dinge soos dit te voorskyn tree (Valle, King & Halling, 1989, p 6), waar daar sprake is van die opbou van die onsigbare binne die individu se leef- en ervaringswêreld totdat dit sigbaar word (Richardson, 1986, pp 126-128). Dit is duidelik dat die fenomenologiese benadering konsentreer op die mens as individu en veral op die mens binne sy/haar ervaringswêreld, met emosies en persoonlike sieninge van sy/haar wêreld (Bannan, 1967, pp 88-89). Fenomenologie word deur Hjelle en Ziegler (1976, p287) as volg gedefinieer:

Phenomenology is the study of the individual's subjective experience, feelings and private concepts, as well as his or her personal views of world and self.

Alhoewel daar in die navorsing sprake is van beide **empiriese en fenomenologiese benaderings**, is daar tog duidelike **verskille** tussen die onderskeie benaderings (Hjelle & Ziegler, 1992, pp 487-488). Waar die empiriese benadering die mens in deelelemente opdeel, volg die fenomenoloë 'n holistiese benadering, wat die volle persoon in interaksie met andere en die omgewing bestudeer. Hjelle en Ziegler beweer dat, anders as die objektiewe meting van gedrag soos deur die behavioriste voorgestaan word, gebruik fenomenoloë primêr die subjektiewe belewenisse van die individu om sy gedrag te verstaan. Die individu se huidige interpretasie van belewenisse beïnvloed sy gedrag, sowel as die manier waarop hy sy toekoms sien. Empiriese benadering stel hipoteses en poog om dit te bewys en om verskynsels te verklaar. Die fenomenologie poog eerder om die verskynsels, hoe hierdie verskynsels beleef word en watter effek hulle het op die individu se belewenis van sy totale wêreld, te verstaan (Mahrer, 1989, pp 4-9; Barrel, Aanstoots, Richards & Arons, 1987, p 446). Tematies word verwys na die meting van die individuele werknemer se sin van koherensie en die invloed daarvan op die aanpassing of nie-aanpassing by die integrasieproses.

Die mens bevind homself in dinamiese interaksie met sy belewenis-wêreld, en die een kan nie sonder die ander een bestudeer word nie (Kruger, 1979, pp 25-26). Aangesien die mens integraal deel vorm van sy eie beleweniswêreld, word hy ook onwillekeurig in die wêreld ingegooi, en dat die mens sekere belewenisse, hoe onaangenaam ook al, onvermydelik ervaar. Onvermydelike situasies sluit traumas, siekte en interpersoonlike konflikte in (Mallin, 1979, pp 184-187). Vir doeleindes van die studie verwys die onvermydelike situasie na die integrasieproses, waar die belewenis van die proses individueel is en deur middel van in-diepte-onderhoude kwalitatief vasgestel moet word.

Triangulasie soos deur Miles en Huberman (1994, p 41) voorgestel, wat verwys na die koppeling van kwantitatiewe data (empiries) met kwalitatiewe data (fenomenologie), is as uitgangspunt gebruik by die finale analise van resultate (hoofstuk 4 en 5).

1.6 NAVORSINGSONTWERP

Die doel van die navorsingsontwerp is om te dien as 'n poging om die navorsing doelmatig te beplan en te struktureer ter verhoging van geldigheid op interne en eksterne vlakke, wat van kontekstuele en universele belang is (Mouton & Marais, 1992, p 35). In hierdie navorsing is daar slegs sprake van **interne geldigheid op kontekstuele vlak** en dit word soos volg verseker:

- In die literatuuroorsig word die modelle en teorieë volgens gestandaardiseerde en doelmatige wyse aangebied. Hierdie aanbieding behels die basiese konsepte en onderbou van die teoretiese paradigma, en die toepaslikheid van die model en teorie in hierdie navorsing.
- In die empiriese ondersoek word die meetinstrument gekies ten opsigte van konseptuele ooreenkomste met die literatuurdefinisie en psigometriese kenmerke. Verder word die meetinstrument volgens 'n gestandaardiseerde en doelmatige wyse aangebied (hoofstuk 4). Hierdie aanbieding behels die rasionaal, ontwikkeling, beskrywing, administrasie, interpretasie, betroubaarheid, geldigheid en die motivering vir insluiting in die navorsing.

- In die fenomenologiese ondersoek word die kwalitatiewe onderhoud gestruktureer op grond van die literatuuroorsig, en 'n gestandaardiseerde en doelmatige aanbieding behels dieselfde beginsels as by die psigometriese instrument (hoofstuk 4).

Die doel van die ontwerp is om te bepaal of 'n spesifieke onafhanklike veranderlike die afhanklike veranderlike beïnvloed (Huysamen, 1993, p 24). In hierdie ondersoek is die onafhanklike veranderlike die integrasieproses, terwyl die afhanklike veranderlike dui op aanpassing by die individu ten opsigte van sin van koherensie. Tematies word die afhanklike veranderlike, wat op 'n kontinuum geleë is en nie digotomies is nie, kwalitatief ontleed.

In hierdie navorsing is daar sprake van **nie-waarskynlikheidsteekproeftrekking** (Baker, 1994, p 161), waar daar dus nie noodwendig sprake is van ewekansige, groot steekproewe waar elke individu in die betrokke populasie dieselfde geleentheid het om getrek te word vir die steekproef nie. Meer spesifiek word daar gebruik gemaak van 'n kombinasie van voorgestelde-, gemaklikheids-, en kwotasteekproeftrekking (Baker, 1994, pp 162-163). 'n Gemaklikheids steekproef verwys na 'n steekproef wat getrek word van 'n beskikbare groep wat in staat is om vrae te beantwoord van belang vir die betrokke navorsing. Voorgestelde steekproeftrekking vind plaas waar die persone waaruit die steekproef bestaan, gekies word ooreenkomstig die behoefte van die studie. Kwotasteekproeftrekking is nie-waarskynlikheidsteekproewe waar sub-steekproewe getrek word uit duidelik gedefinieerde groepe.

Verkennde navorsing word gedoen in die vorm van 'n literatuuroorsig oor aanpassing vanuit die salutogeniese paradigma, met spesifieke verwysing na sin van koherensie, terwyl **beskrywende navorsing** ook deel gaan vorm van die literatuuroorsig deur middel van 'n beskrywing van die individu se aanpassing aan die hand van sin van koherensie. Beskrywende sowel as **verklarende navorsing** sal dan in die vorm van psigometriese en kwalitatiewemeting van aanpassing by die individu toegepas word. Die bevindinge kan dan vir die organisasiekonteks benut word, waar waardevolle bevindinge en inligting rakende die unieke integrasiesituasie ook vir die Bedryfsielkunde as vakgebied beskikbaar gestel kan word.

1.7 NAVORSINGSMETODE

Hierdie navorsing word in twee fases, elk met 'n aantal stappe, uitgevoer.

FASE 1: DIE LITERATUUROORSIG IN DIE VORM VAN 'N VERKENNENDE EN BESKRYWENDE ONDERSOEK

Stap 1: Literatuuroorsig van salutogenese

In stap 1 word gefokus op die teoretiese riglyne en beginsels van die salutogeniese paradigma, waar die navorsingsfokus val op die stabiele aspekte van die stresvolle persoon-omgewinginteraksies.

Stap 2: Literatuuroorsig van sin van koherensie

'n Gedragsprofiel vir aanpassing, met spesifieke verwysing na sin van koherensie ('n konstruk van die salutogeniese paradigma) as veranderlike in die navorsing, word uit die literatuuroorsig saamgestel.

FASE 2 DIE EMPIRIESE EN FENOMENOLOGIESE ONDERSOEK IN DIE VORM VAN BESKRYWENDE EN VERKLARENDE NAVORSING

Stap 1: Bepaling van die populasie en steekproef

Alhoewel die integrasie organisasiewyd plaasvind op alle vlakke en funksies, was die fokus vir die navorsing (as loodsstudie) op die toesighouers en instrukteurs by die Boksborg Detensiekaserne. Die rede hiervoor was dat die eenheid intensief blootgestel was aan die integrasie van verskillende magte, en 'n groot deel van die Militêre Polisiekorps se geïntegreerde magte, asook geïntegreerde lede wat reeds in poste aangestel was, hier opleiding ontvang het. Die populasie (instrukteurs en toesighouers) by Boksborg Detensiekaserne het uit 52 respondente bestaan en die steekproef vir die navorsing uit 16 respondente ($N = 16$).

Stap 2: Keuse van psigometriese instrument

Die metingsinstrument wat gebruik gaan word is Antonovsky (1987a, pp 64-87) se lewensorientasievraelys, wat die sterkte van sin van koherensie meet.

Stap 3: Afnemings van psigometriese instrument

Die gekose psigometriese instrument, naamlik die lewensorientasievraelys, word op die steekproef afgeneem en nagesien, asook kwantitatief ontleed.

Stap 4: Rangskikking van individuele tellings

Met die resultate van die lewensorientasievraelys word individuele tellings op 'n kontinuum van hoë tot lae sin van koherensie gerangskik.

Stap 5: Samestelling van die in-diepte-onderhoud

Die literatuuroorsig sal as basis dien vir die saamstel van 'n gestruktureerde onderhoud.

Stap 6: Toepassing van die in-diepte-onderhoud

Die gestruktureerde onderhoud sal fokus op die individu se ervaringswêreld binne die integrasieproses en sal gegrond wees op fenomenologiese aannames van kwalitatiewe evaluering.

Stap 7: Analise en rapportering van die data

Na afloop van 'n kwalitatiewe ontleding van die kwalitatiewe onderhoude, word die analise van data gedoen deur die koppeling van kwantitatiewe en kwalitatiewe resultate (Miles & Huberman, 1994, p 41). Resultate word deurlopend gerapporteer en bespreek, waarna dit geïntegreer word met die literatuurstudie se aanpassingsprofiel.

Stap 8: Formulering van die gevolgtrekkings

Die gevolgtrekkings het ten doel om die doelstellings van die navorsing te beantwoord.

Stap 9: Formulering van aanbevelings

Aanbevelings word gedoen sodat die probleemstelling vir die studie aangespreek kan word. Organisatoriese, teoretiese, en navorsingsaanbevelings word verkaf.

1.8. HOOFSTUKINDELING

Hoofstuk 2: Salutogeniese paradigma

Hoofstuk 3: Sin van koherensie

Hoofstuk 4: Empiriese en fenomenologiese ondersoek

Hoofstuk 5: Resultate

Hoofstuk 6: Gevolgtrekkings, aanbevelings en leemtes van die navorsing

HOOFSTUK 2: SALUTOGENIESE PARADIGMA

In hierdie hoofstuk word die volgende navorsingsvraag beantwoord: kan die salutogeniese paradigma teoretiese riglyne verskaf wanneer die navorsingsfokus val op die stabiele aspekte van die stresvolle persoon-omgewinginteraksie.

Hierdie hoofstuk het ten doel om hierdie navorsingsvraag te beantwoord deur die salutogeniese paradigma se teoretiese onderbou te behandel. Dit word gedoen deur eerstens 'n vergelyking te tref tussen 'n patogeniese en salutogeniese benadering tot stresvolle persoon-omgewinginteraksie. Die salutogeniese vraag en voorgestelde antwoord, sin van koherensie, word dan aangeraak, maar word in hoofstuk 3 meer volledig behandel. Daar word ook verder verwys na ander salutogeniese konstrakte en aanverwante paradigma (fortigenese), en ten slotte word salutogenese geïntegreer in die sisteembenadering.

2.1 OORSPRONG VAN SALUTOGENESE

Antonovsky (1987a [preface], p xiii) het in 1970 navorsing gedoen onder vroue van verskillende etniese groepe om te bepaal of daar verskille voorkom in aanpassing gedurende hul menopouse. Een van die vrae wat aan die vroue gestel is, was 'n gewone ja-nee vraag oor wie van hulle in 'n konsentrasiekamp was. Uit die navorsing het dit geblyk dat 51 persent van vroue wat nie in 'n konsentrasiekamp was nie en 29 persent van die wat wel daar was, oor 'n goeie algemene emosionele welstand beskik. Die fokus is nie nou op die verskil tussen die twee groepe nie, maar op die 29 persent vroue wat die wreedheid van 'n konsentrasiekamp deurgemaak het, gevolg deur jare se ervaring as 'n misplaaste persoon wat daarna hulself gevestig het in 'n land wat drie oorloë beleef het. Die vroue toon, ten spyte van hul traumatiese ervarings, 'n goeie vlak van emosionele welstand.

Helen Keller (soos aangehaal deur Strümpfer, 1992, p 6) het die volgende stelling gemaak, "although the world is full of suffering, it is full also of the overcoming of it", en Henry Wordsworth Longfellow (soos aangehaal deur Strümpfer, 1992, p 6) het gesê, "know how sublime a thing it is to suffer and be strong". Hierdie stellings dui daarop dat daar wel individue voorkom wat aan stresvolle omstandighede blootgestel word en dit so hanteer dat dit nie 'n skadelike effek het op die welstand van die persone nie.

Die vraag ontstaan nou, watter inherente prosesse en persepsies gee aanleiding daartoe dat sekere individue, ten spyte van die alomteenwoordigheid van stressors, fisies en geestelik gesond daarvan afkom? Vervolgens word die tradisionele patogeniese benadering tot stres vergelyk met die alternatiewe salutogeniese benadering.

2.2 PATOGENESE TEENoor SALUTOGENESE

Stresnavorsing is in die geskiedenis oorheers deur patogeniese denke, waar navorsers, soos Cannon, Selye, Hinkle, Wolff, Homes, Rahe, Engel en Lazarus (soos aangehaal deur Antonovsky, 1984, p 1) 'n waardevolle platform gelê het in stresnavorsing deur te kyk na waarom mense siek word en negatiewe stresreaksies of simptome toon. Hierdie kennis is dan gebruik om wyses te bepaal om die stresreaksies teen te werk en te voorkom. Patogeniese denke word ondersteun deur 'n mediese model waar gefokus word op siekte of patologie ("stress causes disease"), die geloof dat die menslike kondisie van nature relatief konstant en in homeostase is en dat die kondisie in stand gehou word deur verskeie interaktiewe regulerende meganismes (Strümpfer, 1990, p 266). Die homeostase kan egter versteur word en as die regulerende meganismes nie korrek funksioneer nie, sal 'n psigologiese of fisiese siektetoestand intree. Met die klem wat geplaas is op die siek persoon, is die suksesvolle aanpasser of gesonde persoon nie in ag geneem nie. Die vraag wat ondersoek word, is wie die persoon is wat ten spyte van stresreaksies aanpas en gesond bly, en wat is die komplekse onderliggende prosesse wat die suksesvolle hantering van stressors reguleer.

Elder en Clipp (1989, p 318) beklemtoon die wanbalans van stresnavorsing soos volg:

Consistent with the belief that negative experiences produce negative outcomes or that traumatic situations lead to stress symptoms, most studies have focused on factors that could intensify, weaken, or markedly alter the relationship They did not explore how this initial state increased the development of inner resilience and coping ability Likewise, studies of social support focus on how supports moderate or buffer the effects of particular stressors They seldom investigate how social support might increase the development of inner strength by encouraging adaptations to stressful circumstances.

In teenstelling met patogenese stel salutogenese voor dat die unieke uitsondering op die reël bestudeer moet word, om sodoende te bepaal wat veroorsaak dat sekere persone, ongeag deurlopende stresvolle omstandighede, suksesvol aanpas en psigies en fisies goeie welstand beleef. Verskeie navorsers soos Antonovsky (1979), Kobasa et al (1982), Ben-Sira (1985), Rosenbaum (1980a), Rotter (1971) en Strümpfer (1995 [manuskrip]), het waardevolle navorsing gedoen wat benader word vanuit die salutogeniese paradigma. Die klem van die navorsing lê eerstens op die verklaring van die hipoteses wat suksesvolle aanpassing verklaar, tweedens word gekyk na die uitsonderlike gevalle wat goed aanpas selfs al word patogeniese hipoteses aanvaar, en derdens dat stressors moontlik ook positiewe groeireaksies kan veroorsaak (Antonovsky & Bernstein, 1981, p 53).

Vervolgens word die aard van die patogeniese paradigma aangedui, gevolg deur salutogeniese beginsels. Die vergelyking behoort 'n duidelike aanduiding te gee van die klemverskuiwing tussen die twee denkrigtings waar die belangrikheid van salutogenese beklemtoon word en as uitgangspunt vir die studie sal dien.

2.2.1 Aard van Patogeniese Denke

- (a) **Digotomiese denke** betaan ten opsigte van mense waar hul beskou word as òf gesond òf as siek. Die mense wat as gesond beskou word se homeostase word as onversteurd en vry van stresreaksies gesien, terwyl die persone wat stres ervaar impliseer dat hulle homeostase versteur is en dat hul aan die "siek" kant van die digotomie geplaas word (Antonovsky, 1984b, p 115).
- (b) In aansluiting by die genoemde digotomiese denke, word sterk **gefokus op die siektetoestand** of patalogie, waar 'n oorsaak-gevolgbenadering beklemtoon word (Antonovsky, 1987a, p 4). Die antwoord wat dus verskaf word vanuit die patogeniese beskouing, is die naam van die siekte of afwyking en wat dit veroorsaak. Die onderliggende voorkomende prosesse word dan nie geken nie. Eerstens word daar dus aandag geskenk aan die afwyking en nie aan die mens en sy totale lewensituasie wat dalk aanleiding kan gee tot sy toestand nie. Tweedens word die patogenis 'n spesialis op die siektetoestand en nie op die voorkomende prosesse nie. Cassell (soos aangehaal deur Antonovsky 1987a, p 5) stel die patogeniese storie van siekte voor in 'n metafoor van die mediese konsep van oorsaaklikheid, naamlik simptomeidentifisering, diagnostiese hipotese, bevestiging van hipotese en dan instelling van gepaste terapie vir die simptome.
- (c) In aansluiting by die fokus op die siekte, **beklemtoon** patogenese die **risikofaktore** wat aanleiding gee tot die afwyking. "The pathogenic orientation is committed to the proposition that diseases are caused by bugs..." (Antonovsky, 1987b, p 51). Psigo-sosiale voorbeelde van hierdie fokus is tipe-A gedrag wat aanleiding gee tot hartsiektes, aangeleerde hulpeloosheid wat depressie veroorsaak, en geïnternaliseerde opstandigheid wat kanker veroorsaak. Uit die beskrywing van Antonovsky kan gesien word dat die faktore wat aanleiding gee tot gesondheid nie aandag geniet nie.

- (d) Vanuit die patogeniese oogpunt word **stressors** (risikofaktore) **beskou as sleg** met gepaardgaande negatiewe gevolge, en die ideaal of oplossing is om 'n stressorvrye omgewing te skep (Antonovsky, 1984b, p 115). Met dié uitgangspunt word die gevalle waar individue bloedgestel word aan stressors en in 'n goeie welstand daar uitkom en soms self beter daaruitsien, nie in aanmerking geneem nie.
- (e) In aansluiting by die mediese model, lê patogenese klem op die diagnose van die siekte sodat 'n oplossing (terapie) of voorkomende proses gevolg kan word om sodoende die siekte teen te staan en uit te wis. Daar word verwys na die konsep as "**the magic bullet**", wat impliseer dat daar spreekwoordelik 'n pil voorgeskryf kan word wat die stressituasie sal verminder (Antonovsky, 1984a, p 4). Die komplekse aard van die mens en die magdom veranderlikes en realiteite wat sistemies 'n invloed kan uitoefen, word dus onderskat.
- (f) Tydens die genoemde diagnostiese proses waardeur patogenese die siekte wil vasstel, word hoofsaaklik **klem gelê op hoë risiko individue**. Die benadering poog om hipoteses te stel rakende die hoë risikogroepe en dit herhaaldelik te toets en sodoende te bevestig dat daar byvoorbeeld 'n korrelasie bestaan tussen rook en longkanker, of tipe-A gedrag en hartsiektes (Antonovsky, 1987b, p 53). Uitsonderlike goeie gedrag en simptome word gevolglik afgeskeep.

2.2.2 Salutogeniese beginsels en alternatiewe voorstelle

Vir elk van die uitgangspunte wat by die aard van patogenese gemeld is, word 'n alternatiewe vervolgens voorgestel vanuit die salutogeniese paradigma.

2.2.2.1 Kontinuum eerder as digotomie

In plaas van digotomiese denke van siek of gesond, stel salutogenese voor dat siekte of welstand gesien moet word op 'n kontinuum waar die fokus gesondheid-georiënteerd is en dus bepaal word deur waar 'n individu hom/haarself bevind op die kontinuum in terme van beweging na die gesonde pool van die kontinuum. Die vraag word dus gevra, "how can we explain health rather than disease?" (Antonovsky, 1987b, p 49).

2.2.2.2 Die storie eerder as die siekte

Daar word wegbeweeg vanaf 'n fokus wat slegs op 'n siektetoestand konsentreer na 'n sistemiese uitkyk, waar soveel as moontlik faktore wat die individu se beïnvloedingswêreld kan verduidelik in ag geneem word (Antonovsky, 1984a, p 3). Die afhanklike veranderlike in navorsing fokus eerder op gesondheid as op patalogie, en daardeur word die mens as organisme beklemtoon en nie die siektetoestand nie. Antonovsky vrae gevolglik vrae soos, "why do people stay at the point of the overall continuum at which they may be at a given time" of "why do they move toward the health pole?"

2.2.2.3 Voordelige faktore eerder as risikofaktore

Salutogenese beweeg weg van risikofaktore, en in teenstelling beklemtoon dit dat daar eerder gedink moet word in terme van faktore wat beweging na die gesonde kant van die kontinuum bevorder (Antonovsky, 1987b, p 51). Die uitgangspunt is dat die faktore wat gesondheid teweegbring, nie dieselfde is as die faktore wat siekte veroorsaak nie. Wanneer spanning sinvol bestuur of hanteer word, sal dit verhoed dat negatiewe stres intree. Daarom is dit hier belangrik om vas te stel watter hulpbronne of aanpassingsmetodes positiewe uitkomstes voorspel (Antonovsky, 1984a, pp 3-4).

2.2.2.4 Beskou stressors eerder salutogenies as patogenies

Die salutogeniese paradigma verwerp die aanname dat stressors inherent sleg en afbrekend is, en dus vermy moet word. Die alternatief is dat sekere stressors wel voordelige gevolge kan inhou. Die uitgangspunt is dat stressors alomteenwoordig is (Antonovsky, 1979, pp 9-10) en deel uitmaak van elke persoon se lewe, en die wyse waarop 'n persoon reageer op 'n gegewe stressor sal bepaal of die gevolg positief of negatief is. In kontras met die patogeniese vraag, hoe kan die stressor uitgeroei word, word die salutogeniese vraag gestel, hoe kan mens leer om te leef met stressors as deel van die lewe, en dit moontlik omswaai tot 'n voordeel? (Strümpfer, 1990, p 267).

2.2.2.5 Aanpassing eerder as die "magic bullet"-benadering

Om weg te beweeg van siekediagnose en die voorskrywing van oplossings, stel salutogenese voor dat gefokus word op aktiewe aanpassing in 'n stresvolle omgewing. In die soeke na effektiewe aanpassing van die organisme kan weg beweeg word van dualistiese denke en gefokus word op aspekte soos verbeelding, liefde, betekenis, wilskrag en sosiale strukture wat aanpassing aanmoedig (teorië van suksesvolle aanpassing) (Antonovsky, 1987a, p 9).

2.2.2.6 Uitsonderings eerder as bevestiging van hipoteses

Anders as die patogeniese paradigma wat fokus op hoë risikogevalle en siektes, bestudeer salutogenese die uitsonderlike gevalle wat in moeilike tye en teen die verwagtinge in wel suksesvol kan aanpas (Antonovsky, 1984b, p 117). Salutogenese kyk dus na die uitsonderlike gesonde gevalle, byvoorbeeld wie is die tipe-A persone wat nie hartprobleme kry nie, of wie is die rokers wat nie longkanker kry nie? (Antonovsky, 1987b, p 11).

Antonovsky (1984b, p 117) waarsku egter dat daar nie 'n misverstand moet voorkom dat salutogenese die patogeniese benadering wil afskryf nie, maar dat daar eerder gepoog word om tekortkominge uit te lig en om ook die wanbalans voor te stel in die benadering en hantering van stressituasies. In die volgende gedeelte word daar aangedui dat patogenese en salutogenese wel in 'n komplementerende verhouding staan tot mekaar.

2.2.3 'n Komplimenterende verhouding: Patogenese en Salutogenese

Strümpfer (1992, p 268) dui aan dat patogenese en salutogenese dalk verskillende invalshoeke het, maar in verskeie opsigte mekaar wel komplimenteer en mekaar in werklikheid behoort te stimuleer. Hierdie navorsing kan as 'n voorbeeld dien van die komplimenterende verhouding waar patogeniese bevindinge en beginsels in hoofstuk 1 as agtergrondinligting dien (oorsaak-gevolgveranderlikes van die streservaring in 'n veranderende werksomgewing) vir die uitvoer van die navorsing vanuit 'n salutogeniese benadering en fokus (bestudeer die uitsonderlike gevalle wat die streservaring konstruktief kan hanteer).

Antonovsky en Bernstein (1981, p 64) haal 'n vriend aan wat sê, "when I have cancer, I want to be treated for cancer not for the sense of coherence". In die mediese of kliniese veld is die voordele van die patogeniese veld ooglopend en is dit belangrik dat die soeke na siektetoestande of afwykings en die gevolge daarvan moet voortduur (Strümpfer, 1990, p 268). Strümpfer verwys onder meer na sinvolle patogeniese, sielkundige studies wat in Suid-Afrika gedoen is, byvoorbeeld bepaalde apartheidstressors onder die stedelike Afrikapopulasie, stressors inherent aan die swart woonarealewenstyl, en die effek van politieke geweld op die kind se ontwikkeling.

Komplimenterend tot bogenoemde navorsing kan daar byvoorbeeld vanuit 'n salutogeniese paradigma waardevolle inligting verkry word deur te fokus op die swart persoon wat ten spyte van die apartheid- en lewenstylstressors wel goed aangepas het, en te bestudeer wat veroorsaak het dat die uitsonderings relatief gesond en in 'n goeie geestelike of psigiese welstand daar uitsien. Salutogenese is dus belangrik om insig en nuwe groei in die sosiale wetenskappe te verkry, en verseker 'n integrasie van kennis op 'n nuwe en hoër vlak (Strümpfer, 1990, p 268).

DeBruyn en Wagenfeld (1993, p 2) beskryf die organisatoriese bydrae van salutogenese as volg:

Asking salutogenic questions should provide new and exciting data and also offers exciting implications for vulnerable populations in the form of intervention and prevention programs.

Salutogenese se bydrae tot individuele aanpassing word deur DeBruyn en Wagenfeld (1993, p 13) soos volg verduidelik:

A salutogenic orientation enables us to understand the extent to which an individual is capable of cognitively and emotionally ordering his or her perception of stressor events and his or her willingness to confront them - factors which are contributory to successful coping.

Alhoewel daar dus 'n komplimenterende verhouding bestaan tussen patogenese en salutogenese, bestaan daar 'n sterk behoefte en aanvraag om die salutogeniese paradigma te volg, soos deur verskeie skrywers ondersteun, byvoorbeeld Antonovsky en Bernstein (1981), Strümpfer (1992), DeBruyn en Wagenfeld (1993) en Antonovsky (1984b). Die navorsing van Antonovsky en Bernstein (1981, p 54) het die wanbalans tussen die patogeniese en salutogeniese navorsingsfokus duidelik uitgelig, waar hulle 31 verskillende navorsingsprojekte geëvalueer het wat verband hou met stres, en bevind het dat slegs tien van die studies 'n salutogeniese benadering gevolg het.

Hierdie navorsingsprojek, waar gekyk word na individuele aanpassing binne die integrasieproses van die Suid-Afrikaanse Nasionale Weermag, word benader vanuit die salutogeniese paradigma.

2.3 SALUTOGENESE

Verkry vanaf die Latynse terme, *salus* = gesondheid en *genesis* = "origin"(afkoms), beteken die salutogeniese paradigma "nasporing van oorspronge van gesondheid" (Strümpfer, 1990, p 265). Die salutogeniese oriëntasie fokus op die oorspronge van gesondheid, waar die doel is om te bepaal waarom sekere mense hulself op die positiewe kant van die kontinuum bevind ("ease/dis-ease"), selfs in aansienlike stresvolle situasies (Antonovsky, 1979, pp 55-56). Aldwin et al (soos aangehaal deur Strümpfer, 1992, p 23) vra die vraag:

What are the coping processes by which stress, and even extreme trauma, can be utilized for growth, and what are the ways in which that process can be facilitated?

Om saam te vat uit die vergelyking met patogenese, verwerp salutogenese die digotomiese klassifikasie van die mens en stel eerder 'n persoon voor op 'n multidimensionele kontinuum ("ease/dis-ease") (Antonovsky, 1987a, p 49), waar die individu se vlak van welstand sistemies beskou word en nie slegs liniêr (oorsaak-gevolg) nie (Antonovsky, 1984a, p 3). In plaas daarvan om te vra wat die oorsaak of gevolg van 'n persoon se toestand is, word eerder gevra, wat is die aanpassingsprosesse of hulpbronne wat aanleiding gee tot goeie aanpassing of welstand? (Antonovsky, 1987b, p 51). In dié verband word op die uitsonderlike gevalle, wat teen die verwagting in nie aan die patogeniese hipotese voldoen nie, gefokus (Antonovsky, 1984b, p 117). Verder word die alomteenwoordigheid van stressors in die menslike bestaan erken, maar die stressors word nie noodwendig as sleg of nadelig beskou nie (Antonovsky, 1979, pp 9-10). Salutogenese stel nie 'n "magic bullet" voor vir die hantering van die stresvolle menslike natuur nie, maar glo dat aktiewe aanpassing beter welstand kan fasiliteer (Antonovsky, 1987a, p 9).

Salutogenese gee dus nie 'n waarborg vir die effektiewe oplossing van die komplekse aard van die mens se lewe nie, maar verskaf wel riglyne vir beter aanpassing en beweging na die gesonde kant van die kontinuum ("ease/dis-ease") deur begrip, kennis en insig te verskaf (DeBruyn & Wagenfeld, 1993, p 13). Salutogenese dui op 'n algemene oriëntasie wat kan voorkom dat die spanning wat deurlopend as gevolg van stressors veroorsaak word, in negatiewe stres sal

ontwikkel. Salutogenese baan dus die weg vir die rehabilitering van stressors in die mens se lewe waar daar nie geredelik beskikbare of outomatiese aanpassingsresponse is nie (Antonovsky, 1979, pp 193-195).

Die kritiese elemente van die salutogeniese oriëntasie is dat stressorstimuli gesien word as uitdagings en dat die uitdagings endemies en deel van die lewe is, waar die afhanklike veranderlike kontinuum en nie digotomies is nie. Hierdie ingesteldheid veroorsaak dat sekere uitsonderlike individue, desnieteenstaande die alomteenwoordigheid van stressors, aanpas en fisies en psigies gesond bly, wat 'n studie van die verskynsel regverdig (Antonovsky, 1985, p 275). Vervolgens word die salutogeniese vraag en antwoord bespreek.

2.3.1 Salutogeniese vraag en antwoord

Die titel van Antonovsky (1987a) se boek druk die salutogeniese vraag duidelik uit, "Unraveling the mystery of health - How people manage stress and stay well."

Dit is duidelik dat salutogenese voorstel dat die geheimenis van gesondheid bestudeer moet word. Dit is bekend dat die menslike kondisie en lewe stresvol is (Antonovsky, 1979, pp 12-14). Victor Frankl (1987, p 67) skryf in sy boek "Man's Search for Meaning", wat hoofsaaklik handel oor sy eie ervarings as gevangene in konsentrasiekampe, "man's inner strenght may raise him above his outward fate". Strümpfer (1995 [manuskrip], pp 3-4) vra gevolglik die vraag: hoe kry sekere mense dit reg om, ten spyte van aansienlike stressors, te oorleef en gesond te bly, en waar kom die krag vandaan?

Antonovsky (1979, 1984 en 1987) se tentatiewe antwoord op die vraag was gesetel in "generalized resistance resources", soos byvoorbeeld geld, egosterkte, kulturele stabiliteit en sosiale ondersteuning. Dit is dus enigiets wat kan bydra dat 'n persoon 'n wye verskeidenheid stressors kan weerstaan. Antonovsky (1987a [preface], p xiii) erken egter dat die tentatiewe antwoord nie heeltemal volledig was nie, want wat is die onderliggende proses wat 'n persoon

in staat stel om te verstaan hoe verskillende verskynsels kan dien as hulpbronne? Die antwoord wat Antonovsky ontwikkel het op die vraag was die konsep, sin van koherensie. Die deurlopende gebruik van “generalized resistance resources” fasiliteer die proses waar sin gemaak moet word van die aanslag van ‘n menigte stressors. Herhaalde ervarings waar sin verkry is uit stressituasies, genereer oor ‘n tydperk ‘n sterk sin van koherensie.

Sin van koherensie dui in kort op ‘n blywende en dinamiese gevoel van selfvertroue dat die interne en eksterne omgewings voorspelbaar is en dat daar ‘n groot waarskynlikheid is dat dinge so goed sal uitwerk as wat verwag kan word (Antonovsky, 1987a [preface], p xiii). Antonovsky se sin van koherensie word vir doeleindes van die studie as sentrale salutogeniese konstruk beskou en word in hoofstuk 3 volledig behandel. Vervolgens word kortliks verwys na voorbeelde van ander salutogeniese konstrunkte wat buite die studie val.

2.3.2 Ander salutogeniese konstrunkte

In hierdie hoofstuk is daar melding van die behoefte dat die salutogeniese paradigma meer ontwikkel en verken moet word. Daar word nou oorsigtelik aandag geskenk aan verskeie persone en hul salutogeniese konstrunkte wat ‘n waardevolle bydrae gelewer het tot die veld van salutogenese.

2.3.2.1 Geharde persoonlikheid - Kobasa

Gehardheid word gesien as ‘n globale persoonlikheidskonstruk wat die stresgesondheidsverhouding beïnvloed, deurdat dit as ‘n weerstandhulpbron dien teen stresvolle lewensgebeure (Kobasa, Maddi & Kahn, 1982, p 169). Die geharde persoonlikheid bestaan uit die volgende drie komponente (Kobasa, Hilker & Maddi, 1979, p 596; Strümpfer, 1990, p 270):

- (a) Toegewyldheid in plaas van vervreemding - ‘n Geloof in die waarheid, belangrikheid en waarde van dit wat ‘n persoon doen, en die geneigdheid om aktief betrokke te raak in verskeie situasies van die lewe, soos byvoorbeeld werk, familie, vriende en sosiale organisasies.

- (b) Beheer in plaas van hulpeloosheid - Dit sluit nou aan by lokus van kontrole, waar dit hier daarop dui dat 'n persoon die geneigdheid het om te glo en op te tree asof hy/sy die gebeure in sy/haar lewe kan beïnvloed met klem op persoonlike verantwoordelikheid.
- (c) Uitdaging in plaas van bedreiging - 'n Verwagting dat verandering eerder as stabiliteit die norm in die lewe is en dat die verandering geleentheid vir persoonlike ontwikkeling sal bied.

2.3.2.2 Potensie - Ben-Sira

Potensie dui op 'n persoon se deurlopende selfvertroue in sy/haar eie vermoëns sowel as vertroue in en toegewydheid aan die sosiale omgewing, wat waargeneem word as betekenisvol, voorspelbaar en georden, deur die betroubare en regverdigde toekenning en verdeling van vergoeding (Ben-Sira, 1985, p 397). Die ooreenkoms met Antonovsky se sin van koherensie kan in Ben-Sira se beskrywing van potensie gesien word (Strümpfer, 1990, p 272).

2.3.2.3 Aangeleerde vernuf - Rosenbaum

Aangeleerde vernuf dui op selfbeheer en selfbestuur wat aangeleer word om gedrag te verander nieteenstaande die stimulasie van ongunstige gewoontes, en sodoende minder afhanklik te word van die omgewing (Rosenbaum, 1980a, p 109). Die navorsingsterrein wat hier ontgin is, behels byvoorbeeld rook, drank, dwelmverslaaftheid, oorgewig (Strümpfer, 1990, p 273), en pynvolle temperatuurhantering (Rosenbaum, 1980b, pp 581-590).

Rosenbaum (soos aangehaal deur Strümpfer 1990, p 273) beklemtoon selfregulering en -beheer as belangrik vir aanpassing by stresvolle situasies. Die proses van selfregulering word verder in drie fases verdeel, waar die impak van aangeleerde vernuf by fase drie die belangrike invloed uitoefen, en in 'n mindere mate by fase een en twee:

- (a) Voorstelling - Tydens hierdie fase ervaar die persoon, sonder 'n bewuste poging, die kognitiewe en emosionele reaksies tot die verandering binne homself en die omgewing.
- (b) Evaluasie - Dit behels evaluasie van die veranderinge as gunstig of as 'n bedreiging, en as die verandering as 'n bedreiging waargeneem word, word daar bepaal of iets daaraan gedoen kan word.
- (c) Aksie - Aksie dui op die aanpassing by die situasie waar gepoog word om die negatiewe effekte van die verandering te verminder.

2.3.2.4 Selfdoeltreffendheid - Bandura

Waargenome selfdoeltreffendheid is gemoeid met 'n persoon se geloof in sy/haar vermoëns om die kognitiewe en motiveringshulpbronne, sowel as die gewenste gedrag wat benodig word, te kan mobiliseer om sodoende beheer uit te oefen oor daaglikse eise (Antonovsky, 1991, p 71). Verder word aangedui dat daar vier faktore bestaan wat selfdoeltreffendheid vorm, naamlik:

- (a) Prestasiebereiking - Vir 'n persoon om selfdoeltreffend te kan word, is dit nodig dat hy/sy toegelaat word om blootstelling te kry aan die situasie wat bemeester moet word.
- (b) Ervarings modellering - Die persepsie van selfdoeltreffendheid word verbeter deur herhaaldelike ervaring van gedrag en modellering in 'n soortgelyke praktiese situasie.
- (c) Verbale oorreding en sosiale invloede - Hier word gewys daarop dat selfdoeltreffende persepsie beïnvloed word deur insette van gerespekteerde andere, portuurgroepe en sosiale norme.
- (d) Psigologiese toestand - Selfdoeltreffendheid kan beïnvloed word deur emosionele opwekking, soos in die geval van spanning, vrees en aggressie. Sodra emosies intree kan dit die geheue in werking skop rakende vorige ervarings wat ook emosioneel was.

2.3.2.5 Lokus van kontrole - Rotter

Daar is gevind dat die lokus van kontroleveranderlike 'n aansienlike impak het op die wyse waarop stres ervaar word. Die geloof wat 'n persoon het in sy vermoë om die omstandighede waarin hy verkeer te beheer, is betekenisvol (Lefcourt, 1983, p 265).

In verband hiermee verdeel Rotter (1971, pp 37-42) mense in twee groepe, naamlik interne lokus van kontrole teenoor eksterne lokus van kontrole. Persone wat seker is dat hulle in beheer is van hulle eie lewens en toekoms, wat geneig is om meer selfversekerd te wees, beskik oor 'n interne lokus van kontrole. Hierteenoor sal persone wat glo dat hulle oorgelaat is aan die genade van eksterne omstandighede en hulle gemanipuleer en beïnvloed word deur eksterne kragte, oor 'n eksterne lokus van kontrole beskik.

2.3.2.6 Sin van permanentheid - Boyce

Die sin van permanentheid dui op die geloof of persepsie dat sekere sentrale elemente wat deel uitmaak van lewenservarings, stabiel en blywend is en 'n selfbewustheid bestaan wat betroubaar en konstant is (Antonovsky, 1987a, p 39). Roetine en herhaalde waarneembare gedrag wat in families voorkom speel 'n belangrike rol in die vestiging van die sin van permanentheid, wat by die kind begin ontwikkel.

2.3.2.7 Terreine van sosiale klimaat - Moos

Moos se terreine van sosiale klimaat (soos aangehaal deur Antonovsky, 1987a, p 42) kan breedweg gegroepeer word in drie onderliggende domeine, naamlik:

- (a) Verhoudingsdimensie - Die mate waarin mense betrokke is by mekaar en ondersteunend is tot mekaar, bepaal hierdie dimensie. Die kernkonsepte wat hier ter sprake is, is betrokkenheid, portuurgroepkohesie en ondersteuning.

- (b) Persoonlike groei of doeloriëntasie - Hierdie dimensie het te doen met die bepaling van onderliggende doelwitte vir 'n betrokke situasie. Kernkonsepte wat uitgelig word, is outonomieit, taakoriëntasie en werksdruk.
- (c) Sisteeminstandhouding en veranderingsdimensies - Hierdie dimensies het te doen met die mate van struktuur, duidelikheid en openheid wat verandering inhou. Die kernkonsepte betrokke by hierdie dimensies is duidelikheid, beheer, innovasie en fisiese gemak.

In Antonovsky (1987a, p 42) word verder aangedui dat die persoonlike en verhoudingsgroei of doeloriëntasiedimensies meer te doen het met die kanalisering van die verandering, terwyl die sisteem instandhouding en veranderingsdimensies die toegewydheid, omvang van die verandering en die persoonlike opofferings sal beïnvloed.

2.3.2.8 Vatbaar maar onsigbaar - Werner

Werner se navorsing (Antonovsky, 1987a, p 44) was hoofsaaklik gerig op kinders, waar gekyk is na die verskynsel dat sekere kinders wat wel blootgestel is aan onstabiele omstandighede en dus vatbaar was vir psigiese probleme, steeds psigies gesond gebly het en ontwikkel het in bevoegde en outonome volwassenes. Daar is bevind dat 'n sterker interne lokus van kontrole, positiewe selfkonsep en 'n meer verantwoordelike en prestasiegeoriënteerdheid, bygedra het tot die sukses. Daar word ook gepraat van 'n sin van koherensie in die keuse van beskikbare hulpbronne wat voorgekom het. Tydens die ontwikkeling van die kind was daar reëls en regulasies maar wel genoeg ruimte vir eksperimentering. Informele ondersteuningsmeganismes in die vorm van byvoorbeeld ouer persone of portuurgroepe, was beskikbaar vir raad en leidinggewing.

Die genoemde agt skrywers met hulle salutogeniese konstrukte, asook Antonovsky se sin van koherensie (kernkonstruk van die navorsing), het almal in gemeen dat hulle dieselfde salutogeniese vraag wil beantwoord, naamlik "how people manage stress and stay well" (Antonovsky, 1987a [Titel]). By nadere bestudering van die verskillende konstrukte is dit

duidelik dat daar baie ooreenkomste en raakvlakke is tussen die verskillende bevindinge. Die beginsels wat deur Antonovsky (wat beskou word as die vader van salutogenese) se konstruk, sin van koherensie, aangeraak word, kom sterk na vore in verskeie van die ander salutogenese navorsers se konstruksie. Verdere name wat genoem kan word is Reiss, Srole, Danish, D'Angelli, Vaillant, Meichenbaum, Shalit, Weisz, Rothbaum en Blackburn (soos aangehaal deur Antonovsky, 1987a, pp 35-61).

Professor Strümpfer (Universiteit van Kaapstad), 'n persoonlike vriend van Antonovsky, het in 1992 'n nuwe konsep ontwikkel (fortigenese) wat salutogenese as 'n wyer konsep voorstel. Hierdie nuwe konsep word vervolgens behandel.

2.3.3 Salutogenese as 'n wyer konsep: Fortigenese

Strümpfer (1995 [manuskrip], p 2) maak die volgende stelling:

Daar word geredeneer dat Antonovsky se begrip salutogenese, wat na die oorspronge van gesondheid verwys, verbreed behoort te word na fortigenese, wat na die oorspronge van psigiese krag in die algemeen verwys.

Alhoewel dit uit die salutogeniese literatuur duidelik is dat daar op meer gefokus is as net fisiese gesondheid, verwys Strümpfer (1995 [manuskrip], p 7) na 'n persoonlike gesprek wat hy gehad het met Antonovsky, waartydens dit bevestig is dat salutogenese se aanvanklike doel was om te bepaal hoe mense stres bestuur en nog steeds fisiologies gesond bly. Duidelik het die doel wyer uitgekling as daar gekyk word na die navorsing wat reeds gedoen is oor salutogenese, waar byvoorbeeld gefokus is op psigiese welstand, aanpassing, houding, rolsatisfaksie en familieverhoudinge (Strümpfer, 1995 [manuskrip], p 4).

Strümpfer (1995 [manuskrip], p 9) beweer dat salutogenese 'n baie breë konsep is en in werklikheid verwant is aan bronne van sterkte in vele kontekste. Dit is om hierdie rede dat hy die term fortigenese (fortis in Latyn = "strong") voorgestel het, aangesien die breë terrein van psigiese gesondheid betrek word. Antonovsky (soos aangehaal deur Strümpfer, 1992, 1995) het

egter vanaf die ontwikkeling van salutogenese telkens verwys na bronne van krag, en ook in die ondersoek wat hy geloods het om vas te stel wat die kragte agter salutogenese is, het hy kriteria gebruik vir seleksie van proefpersone wat wyer strek as net fisiologiese gesondheid. Verder het verskeie ander skrywers (2.3.2) salutogeniese konstrakte nagevors en ontwikkel wat die breë area van psigiese welstand betrek.

Alhoewel die konsepsuele onderskeid tussen salutogenese en fortigenese verstaanbaar en logies is, is dit op hierdie stadium moeilik om 'n lyn te trek tussen die twee konsepte uit bestaande literatuur en navorsing. Die konstrakte wat huidig in die literatuur aangegee word as salutogenies, is nie duidelik ingedeel of suiwer nie, wat die situasie baie kompleks maak. Hierdie uitklaringsproses is sekerlik 'n afsonderlike studie, aangesien salutogenese alreeds die afgelope twee dekades aktief nagevors word en in hierdie tydperk voorsiening moes maak vir die breë spektrum van gesondheid.

Dit is as gevolg van die genoemde kompleksiteit dat daar in die navorsing nie onderskeid getref word tussen salutogenese en fortigenese nie. Wanneer daar dus in die studie verwys word na salutogenese, dan betrek dit die wye spektrum van gesondheid, al is daar konsepsueel meer sprake van fortigenese. Die twee konsepte is wel onderliggend dieselfde proses (Strümpfer, 1995 [manuskrip], p 11). Vervolgens word die strukturele bronne van salutogeniese sterkte vanuit die sisteembenadering bespreek.

2.3.4 Salutogenese : Integrasie vanuit die sisteembenadering

Antonovsky (1991, pp 97-101) stel 'n sisteembenadering voor waarin hy poog om 'n struktuur daar te stel wat sterk genoeg sal wees om verskillende salutogeniese konstrakte te akkommodeer. In hierdie model verwys Antonovsky na die strukturele bronne van salutogenese oor die algemeen. In kort word die individu gesien as 'n sisteem wat gekoppel is aan of geïsoleerd is van die supra-sisteem, vanwaar informasie of geraas ontvang word, waar die boodskappe intern geïntegreer of nie-ontsyfer word. Die sisteem (individu) stuur dan informasie of geraas na die supra-sisteem, wat dan terugvoer verskaf of die boodskap ignoreer.

2.3.4.1 Die self en die omgewing - Skakeling teenoor isolasie

Skakeling met die omgewing is onafwendbaar en deel van enige mens se daaglikse bestaan. Gebeure vind gedurig plaas waar take, eise en uitdagings deurlopend inwerk op die individu (Antonovsky, 1991, p 98). Antonovsky stel voor dat die skakelings die kern vorm van salutogeniese kragte, natuurlik in samewerking met die innerlike prosesse van die mens self, waar beweer word dat sonder die sinvolle skakeling dit moeilik is vir die individu om te oorleef.

Die vraag wat Antonovsky (1991, p 98) verder vra is, "do however all of us live in the world?" In hierdie verband speel sosio-kulturele strukture en norme 'n belangrike rol, waar samelewings sekere ongeskrewe reëls inspan om te bepaal wie betrek kan word, verdra sal word en wie die mense is wat uitgewerk word. Die boodskappe wat gestuur word aan mense wat gesien word as fisies of geestelik versteurd, kan byvoorbeeld wees dat hulle nie bestaan vir die res van die wêreld nie. Die kontak wat dus bestaan tussen die individu en die supra-sisteem kan 'n sterk invloed hê op skakeling of isolasie wat kan voorkom.

2.3.4.2 Omgewingsinset - Informasie teenoor geraas

Antonovsky (1991, p 99) beweer dat meeste mense skakeling beleef met die wêreld waarin geleef word, dat die omgewing sekere eise aan mense stel en dat sekere rolle en status toegeken word as gevolg van die prosesse. Verder behoort die inhoud van boodskappe wat deur die omgewing uitgestuur word, aan die volgende twee eienskappe te voldoen om salutogeniese kragte in stand te kan hou:

- (a) Duidelikheid - 'n Omgewing wat onduidelike, dubbelsinige of teenstrydige boodskappe voortdurend verskaf aan 'n individu, kan bydra dat boodskappe as geraas geïnterpreteer sal word.

- (b) Vryheid van keuse - Dit is nie altyd genoeg dat 'n boodskap ontvang word as informasie in plaas van geraas nie. Hierdie boodskap behoort 'n mate van vryheid en keuse te hê, wat nie 'n geforseerde situasie impliseer nie. Selfs al is die ervaring of keuse nie altyd aangenaam nie, soos byvoorbeeld om belasting te betaal of onaangename militêre diens te verrig, kan salutogeniese kragte wel toeneem as die legimiteit van die situasie herken word.

Twee kritiese strukturele aspekte wat in hierdie fase betrokke is, is die magsverhouding tussen die persoon en sy omgewing, en die mate waarin kulturele integrasie plaasgevind het (Antonovsky, 1991, p 99). Hoe groter die mag van die individu, hoe makliker is dit om deel te neem aan die besluit van aanvaarding of deelname, en hoe groter die integrasie, hoe makliker is dit om sin te maak uit die boodskappe. Dit is belangrik om daarop te let dat mense van mekaar verskil; waar 'n boodskap vir een persoon duidelik is, kan dit vir 'n ander persoon geraas wees. Die grense van die proses is dus nie rigied nie, maar dit is in dié verband dat salutogenetiese sterkte 'n rol kan speel en boodskappe meer as informasie beskou sal kan word.

2.3.4.3 Interne prosessering - Geïntegreer teenoor deurmekaar

Salutogeniese kragte maak dus staat op herhaalde ervarings van skakeling wat plaasvind waar boodskappe van die supra-sisteem gesien word as welwillend of legitiem. Hierdie boodskappe moet egter deur die individu verwerk word waar verskeie interne prosesse, soos persepsies, ervarings, kennis, norme, vaardighede en houdings, die integrasieproses kan beïnvloed (Antonovsky, 1991, p 100). Die verlede word dus gebruik om op die hede te reageer en voort te bou. Met die interne prosesse in werking moet die individu besluit wat om met geforseerde geraas te maak en ook om komplekse en 'n magdom duidelike informasie uit te sorteer en te prioritiseer. Suksesvolle uitkomst in hierdie verband kan aanleiding gee dat salutogeniese kragte versterk word.

Die persoon se interne prosesse en selfkonsep word sterk beïnvloed deur sosialiseringprosesse en -agente wat gedurende 'n persoon se ontwikkeling 'n vormingsinvloed het. Hoe beter die interne verwerkingmeganismes ontwikkel is, hoe beter is die vermoë om meer komplekse insette te kan hanteer (Antonovsky, 1991, p 100). Dit is in hierdie verband dat 'n persoon oor sekere vasgestelde reëls en buigbare strategieë moet beskik, wat hom/haar in staat stel om hulpbronne wat beskikbaar is, te kan herken en beter te benut.

2.3.4.4 Uitset - Beschikbaarheid van hulpbronne

Selfs al het die individu die vermoë om die informasie te integreer, emosionele sowel as kognitiewe sin te maak uit komplekse boodskappe, geforseerde geraas te kan hanteer en 'n aksieplan te kan formuleer, kan verbetering van salutogeniese kragte nie gewaarborg word nie. Hierdie aksieplan moet nog uitgevoer en oorgedra word in gedrag (Antonovsky, 1991, pp 100-101).

By die uitsetproses speel die beskikbaarheid van emosionele, kognitiewe, instrumentele (persoonlik en sosiaal) en motiveringshulpbronne 'n belangrike rol (Antonovsky, 1991, p 101). Die identifisering en keuse van moontlike hulpbronne begin alreeds by die interne prosessering waar ervaring en kennis 'n rol speel, maar dit is nie 'n waarborg dat die uitvoering van die plan suksesvol sal wees nie. Tyd beskikbaar en die mate van vryheid wat die omgewing toelaat vir die individu om tentatiewe realiteitstoetsing te kan doen, is ook in hierdie fase van waarde.

2.3.4.5 Terugvoer - Responsief teenoor verwerping

Terugvoer vanaf die omgewing as reaksie op die gedrag van die individu, voltooi die proses wat kan aanleiding gee tot versterking van salutogeniese kragte of nie (Antonovsky, 1991, p 101). Wanneer 'n uitset van die individu positiewe of bevestigende reaksie uitlok vanaf die omgewing, kan dit aanleiding gee dat salutogeniese kragte versterk word. Voortdurende ervaring van verwerping in die ontwikkeling en blootstelling van 'n persoon kan nadelige gevolge ten opsigte van salutogeniese kragte vir toekomstige aanpassing inhou.

Dit lê dus in die hande van die individu om die omgewing te oordeel om te reageer op sy boodskap. Die probleem van die proses is nie net gesetel in kommunikasie nie, maar ook in die moontlike verwerping van die boodskap (Antonovsky, 1991, p 101). Aangesien die boodskap van die individu ook 'n sekere eis inhou vir die omgewing, is dit moontlik dat die boodskap onduidelik ontvang word of bloot net gesien word as nie-legitiem, onvanpas of irrasioneel. Die mag van die individu in 'n bepaalde situasie kan in die proses 'n bepalende invloed uitoefen.

Hierdie sisteemvoorstelling van Antonovsky (1991, pp 97-101) bied dus 'n raamwerk waarbinne salutogeniese kragte verstaan kan word. Dit het na vore gekom dat die ontwikkeling van die mens en die manier waarop gunstige of ongunstige uitkomst beleef word, bepalend is tot 'n persoon se salutogeniese oriëntasie. Verskeie faktore in elk van die sistemiese fases is bepalend of die ervaring salutogeniese kragte sal versterk of nie. Die individu is dus gewikkel in 'n gedurende proses van leer en groei, waar deurlopende ervarings, kompleksiteite en stressors aan die orde van die dag is.

2.4 SAMEVATTING

Hierdie hoofstuk bereik die navorsingsdoelstelling, naamlik om teoretiese riglyne te verskaf wanneer die navorsingsfokus val op die stabiele aspekte van die stresvolle persoon-omgewingtransaksies. Salutogeniese riglyne is aangespreek waarvolgens navorsing benader word deur die uitsonderlike gevalle wat goed aanpas by stresvolle omstandighede, te bestudeer.

Uit hierdie hoofstuk word 'n duidelik klemverskil aangedui tussen 'n patogeniese en salutogeniese benadering tot stresnavorsing. Dit is duidelik dat elk van die paradigmas 'n belangrike plek inneem in die sosiale wetenskappe, in so 'n mate dat die twee paradigmas in werklikheid in 'n komplimenterende verhouding staan tot mekaar. Die voorgestelde antwoord op die salutogeniese vraag, sin van koherensie (Antonovsky, 1985, p 273), word behandel in die volgende hoofstuk, waarin die tweede navorsingsvraag aangespreek word.

HOOFSTUK 3: SIN VAN KOHERENSIE

In hierdie hoofstuk word die navorsingsvraag of 'n gedragsprofiel vir aanpassing, met verwysing na sin van koherensie as veranderlike in die navorsing, saamgestel kan word, beantwoord.

Dit word gedoen deur eers te fokus op die rol van koherensie in die individu-omgewinginteraksie, waarna sin van koherensie en die drie kernkomponente waaruit dit bestaan, omskryf word. Dinamika, hulpbronne en ontwikkeling van sin van koherensie word dan daaropvolgend aangespreek. Die rol en toepassing van sin van koherensie tydens streservarings sal dan laastens aandag geniet in die hoofstuk, waar sin van koherensie in die werkplek en 'n geïntegreerde aanpassingsprofiel saamgevat word.

3.1 ROL VAN KOHERENSIE IN INDIVIDU-OMGEWINGINTERAKSIE

Antonovsky (1993, pp 969-973) beskryf die individu as komplekse wese en sy/haar funksionering of interaksie binne 'n dinamiese eksterne omgewing aan die hand van 'n model wat bestaan uit ses C's: "complexity, conflict, chaos, coherence, coercion and civility" (Diagram 3.1), wat in die volgende gedeelte aangespreek word.

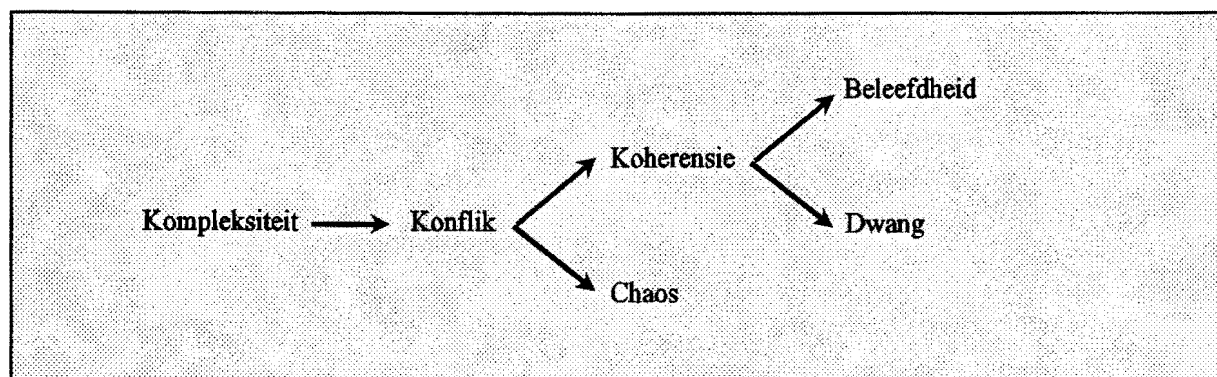


Diagram 3.1 Die individu as komplekse wese se funksionering binne 'n dinamiese eksterne omgewing

Antonovsky (1993, p 969) spreek die gesondheid van die individu aan in hierdie model vanuit 'n sistemiese perspektief, waarin die rol van sin van koherensie aangedui word. Die elemente van die model word vervolgens afsonderlik behandel.

3.1.1 Kompleksiteit

Die individu as komplekse sisteem funksioneer binne 'n komplekse en dinamiese suprasisteem (Antonovsky, 1993, p 969). Kompleksiteit verwys na die vlak van organisasie waaruit die sisteem bestaan, waar die vlak van organisasie kan aanleiding gee tot probleme en potensiële interaksie wat kan plaasvind met ander sisteme en subsysteme, waarby aangepas moet word.

Antonovsky (1993, p 969) stel vier vlakke van toenemende kompleksiteit voor wat sistemies onderskei kan word by die mens.

- 'n Permanente struktuur wat geheel en al afhanklik is van die omgewing.
- Beweging na 'n meer gunstige omgewing.
- Erkenning van patrone van gebeure en response.
- Die kapasiteit om verandering teweeg te bring in die omgewing.

Volgens Antonovsky (1993, p 970) stel hierdie vlakke die basiese biologiese prosesse voor waardeur lewende organismes oorleef en voortbestaan (verskillende vlakke impliseer nie noodwendig beter aanpassing nie). Daar kan egter met reg gesê word dat die mens ontwikkel het na 'n hoër vlak van kompleksiteit, soos byvoorbeeld waar daar in groepe saam gefunksioneer word. Die mens bestaan dus nie bloot uit biologiese funksionering nie, maar ook byvoorbeeld uit die funksionering binne 'n kulturele konteks, waar die mens so ver ontwikkel het dat die soeke na begrip en betekenis in die self en die omgewing nagestreef word.

3.1.2 Konflik

Wanneer verskillende individue dus in interaksie geplaas word binne 'n konteks waar verskeie eksterne veranderlikes op hulle inwerk, byvoorbeeld, kultuur, samelewingsdruk, groepsdruk, fisiese omgewing, politiek en ekonomie, bestaan die potensiaal vir konflik (Antonovsky, 1993, p 970). Interne menslike konflik, konflik tussen individue, en konflik tussen die individu en die groter sisteem (supra-sisteem) waarvan hy/sy deel uitmaak, asook konflik tussen verskillende supra-sisteme (byvoorbeeld samelewings), kan voorkom.

Antonovsky (1991, pp 97-101) stel salutogenese voor in sistemiese terme, waar die individu gesien word as 'n sisteem wat gekoppeld is aan of geïsoleerd is van die supra-sisteem, waarvan informasie/geraas ontvang word en die boodskappe dan intern geïntegreer en na die supra-sisteem as informasie/geraas, teruggestuur word. Hoe meer kompleks die boodskap is wat na die individu gestuur word, hoe groter is die moontlikheid vir geraas om voor te kom eerder as informasie. Hoe groter die probleem om die informasie intern te integreer, hoe groter die waarskynlikheid dat verwarring sal voorkom. Hoe groter die kompleksiteit van die omgewingsisteme, hoe beter is die moontlikheid vir konflik van belange, gesagswanbalans en verskillende opinies van die realiteit (Antonovsky, 1993, p 970). Antonovsky beweer verder dat die wyse waarop 'n individu die kompleksiteit en konflik hanteer, bepalend behoort te wees ten opsigte van die beweging na die gesonde kant van die psigiese welstandkontinuum. Volgens Antonovsky kan die kompleksiteit en gepaardgaande konflik ontaard in twee situasies, chaos of koherensie.

3.1.3 Chaos

Volgens Antonovsky (1993, p 971) dui chaos daarop dat, indien die kompleksiteit en konflikte van boodskappe, gebeure en die situasie nie reg hanteer word nie en daar 'n gevoel bestaan van geen uitkoms nie, dit kan aanleiding gee tot destruktiewe gevolge vir die individu se welstand en gedrag. Antonovsky verwys na mense, volke en lande wat deur chaotiese omstandighede moet worstel, soos in die geval van oorlog, konsentrasiekampe, armoede en onderdrukking.

Antonovsky (1993, p 971) dui egter verder daarop dat daar wel mense is wat chaos oorleef en dit word toegeskryf aan die alternatiewe oplossing, naamlik koherensie.

3.1.4 Koherensie

Sin van koherensie word deur Antonovsky (1993, p 972) voorgestel as die kernkonstruk vir suksesvolle aanpassing, waar beweging na die gesonde kant van die "ease/dis-ease" kontinuum gefasiliteer word. Koherensie word dus beskou as die kern vir die organisering van die komplekse menslike sisteem waar suksesvolle prosessering van informasie en aanwending van energie kan plaasvind om sodoende probleemoplossing moontlik te maak.

Sin van koherensie word hier slegs kortliks beskryf aangesien die konstruk later meer volledig in die oorblywende gedeelte van die hoofstuk behandel word. Om egter die model (6 C's) te voltooi word die twee verdelings van koherensie kortliks aangeraak.

3.1.5 Dwang

Om oor 'n sterk sin van koherensie te beskik beteken nie noodwendig dat die persoon aangenaam en beleefd van geaardheid is nie. Die kriteria vir aanpassing is gesonde fisiese en psigiese welstand en nie noodwendig 'n aangename persoonlikheid of aanvaarbare gedrag nie. Antonovsky (1993, p 973) skryf, "if as scientists we wish to understand successful resolution of conflict and coping with stressors, we have much to learn from the bastards who stay healthy".

Dit is natuurlik so dat 'n sterk sin van koherensie gepaard kan gaan met mag en beheer in sosiale sisteme, wat dan weer kan aanleiding gee tot die aftakeling van ander mense se sin van koherensie en gesondheid in die stelsels wat beheer word deur die dominante persoonlikheid (Antonovsky, 1993, pp 972-973). Die aggresiewe metodes wat sekere mense toepas is dalk nie altyd aanvaarbaar vir die meeste ander mense nie, maar die beginsel wat na vore tree is dat die verskynsel die betrokke individu 'n sin van beheer en betekenis bied. Antonovsky verskaf 'n variasie op die gedwonge koherensie, waar 'n individu die probleem op hande meer tegnies

konfronteer en dit nie beskou in terme van die komplekse menslike interaksies wat kan bestaan nie, maar eerder waar ander mense op eenvoudige en sinvolle wyse as hulpbronne benut of aangewend kan word.

Dwang in sy verskeie vorms, wat meer selfsugtig van aard is, is een moontlike weg na 'n sterk sin van koherensie. Vervolgens word beleefdheid as 'n alternatiewe benadering aangedui.

3.1.6 **Beleefdheid**

Beleefdheid as alternatiewe weg na 'n sterk sin van koherensie is minder selfsugtig van aard en is gebaseer op partikularisme wat fokus op besonderheid, uniekheid en spesifieke lojaliteit teenoor byvoorbeeld die self, God, die familie, 'n geslag, etniese groep, godsdienstige groep en 'n land (Antonovsky, 1993, p 973).

Antonovsky (1993, p 973) dui op drie sentrale eienskappe van beleefdheid.

- Beleefdheid bevestig meervoudige lojaliteit en toegewydheid teenoor die self of andere. Dit kan te gelykertyd en oor 'n tydperk plaasvind, en die vlak van belangrikheid kan verskil, selfs al is elke skakeling ernstig.
- Beleefdheid beklemtoon die respek wat nodig is vir die pogings en toegewydheid aan andere.
- Verder plaas beleefdheid beperkinge op dominasie, onderdrukking en ontneming.

Beleefdheid is dus gebaseer op 'n stel fundamentele reëls vir aanvaarbare interaksie en optrede, wat respek vir die self en ander, asook bewuswording van selfbelangstelling deur konstruktiewe samewerking met ander, beklemtoon (Antonovsky, 1993, p 973). Hierdie weg tot 'n sterk sin van koherensie is moontlik meer aanvaarbaar binne die konteks van menslike interaksie, maar dit kan die proses van koherensie meer kompleks maak deurdat verstaanbaarheid en legitimiteit ten opsigte van die gedrag van andere in die realiteit gedurig getoets en onder druk geplaas word.

Die individu-omgewingsinteraksie is kompleks en veroorsaak deurlopende eise en probleme wat deur die individu hanteer moet word, wat daartoe bydra dat die potensiaal vir konflik gedurig bestaan (Antonovsky, 1993, p 969). Vir die individu se voortbestaan en gesondheid is dit dus nodig om hierdie konstant stresvolle menslike bestaan suksesvol te hanteer en daarby aan te pas. Rakende aanpassing, stel Antonovsky (1985, p 273) gevolglik voor dat sin van koherensie by die aanpassingsproses van die individu 'n belangrike bepalende rol speel.

3.2 SIN VAN KOHERENSIE - OMSKRYWING

Die kernkonsep wat voorgehou word deur Antonovsky (1985, p 273) vir die fasilitering van meer effektiewe aanpassing, is sin van koherensie. Dit dui op 'n oriëntasie tot die lewe waarin die wêreld gesien word as verstaanbaar, hanteerbaar en betekenisvol, en wat 'n persoon in staat stel om effektief gebruik te maak van beskikbare hulpbronne.

Aangesien sin van koherensie 'n salutogeniese konstruk is, geld salutogeniese beginsels deurlopend in die hoofstuk, byvoorbeeld die alomteenwoordigheid van stres wat deel vorm van die mens se daaglikse bestaan (Strümpfer, Fritz, Page & Scott, 1991, p 2), en die sin van koherensieoriëntasie wat op 'n kontinuum funksioneer en nie op grond van digotomiese denke nie (DeBruyn & Wagenfeld, 1993, p 11).

Dit is nodig om te verwys na die feit dat sin van koherensie nie dui op 'n spesifieke aanpassingsstrategie of eienskap is nie, maar eerder 'n oriëntasie wat die individu in staat stel om deur die gebruik van verskeie moontlike hulpbronne en strategieë of metodes, aanpassing beter te kan fasiliteer (Strümpfer, 1990, p 268). Dit behels dus die effektiewe identifisering, keuse en gebruik van moontlike strategieë (kognitief, emosioneel of ingesteldheid), metodes en hulpbronne. (Kalimo & Vuori, 1990, p 78).

Die definisie van sin van koherensie word in Antonovsky (1987a, p 19) soos volg aangegee:

The sence of coherence is a global orientation that expresses the extent to which one has a pervasive, enduring though dynamic feeling of confidence that (1) the stimuli deriving from one's internal and external environments in the course of living are structured, predictable, and explicable; (2) the resources are available to one to meet the demands posed by these stimuli; and (3) these demands are challenges, worthy of investment and engagement.

Die sin van koherensie dui op 'n individu se algemene emosioneel-kognitiewe persepsie, van die magdom stimuli wat inwerk op sy/haar lewe, soos wat dit tot 'n mindere of meerdere mate beheer word deur die persoon (Antonovsky, 1987c, p 155). Sin van koherensie verwys na 'n geïnternaliseerde sin van beheer wat die oriëntasie of ingesteldheid van die individu lei tydens gebeure (Kalimo & Vuori, 1990, p 77). Dit verskaf en verbeter dus die individu se vermoë om beter begrip te hê van verskillende vorme van beheer en die gevolge daarvan, en rig ook oriëntasies vir toekomstige gebeure (Kalimo & Vuori, 1991, p 98). Stimuli word dus gesien as verstaanbaar, hanteerbaar en betekenisvol, en as informasie eerder as geraas.

Strümpfer (1990, p 268) dui daarop dat sin van koherensie 'n disposisionele oriëntasie voorstel wat verskeie elemente betrek, soos persepsies, geheue, informasieprosessering en emosie. Hierdie komponente speel 'n belangrike rol in die deurlopende patrone van beoordeling wat gebaseer is op die herhaalde ervaring van sin maak, waar verskillende hulpbronne benut word in die proses. Hieruit word 'n reeks van konkrete gedrag opgebou gegrond op ervarings van sukses of mislukking soos wat verskeie situasies hanteer word.

Die hipotese wat deur Antonovsky (1985, p 275) gestel word, is dat die kragte van sin van koherensie 'n besliste en bepalende invloed uitoefen wat sal bepaal of 'n individu suksesvol sal aanpas by 'n stresvolle situasie en die uitdagings wat daaruit vloei, en gevolglik bydra dat die persoon beweeg na die gesonde kant van die "ease/dis-ease"-kontinuum. Antonovsky (soos aangehaal deur Carmel, Anson, Levenson, Bonneh & Maoz, 1991, p 1090) beskryf die sin van

koherensie in 'n situasionele verband, waar geredeneer word dat 'n persoon met 'n sterk sin van koherensie die vermoë het om stresvolle situasies te konfronteer en dan die regte strategie en hulpbronne te kan kies vanuit verskeie moontlike opsies beskikbaar om die situasie suksesvol te hanteer.

3.3 DRIE KOMPONENTE VAN SIN VAN KOHERENSIE

Met Antonovsky (1987a, p 16) se aanvanklike navorsing, waar in-diepte-onderhoude gevoer is met 51 proefpersone wat aansienlike traumatiese gebeure ervaar het, het hy gevind dat daar 'n duidelike onderskeid was tussen persone met 'n sterk sin van koherensie en persone aan die ander kant van die skaal. Die protokolle van die twee uiterste groepe is vergelyk om vas te stel wat die onderliggende komponente is wat die verskille veroorsaak. Uit die vergelyking het Antonovsky drie kernkomponente geïdentifiseer wat die basis vorm van sin van koherensie, naamlik verstaanbaarheid, hanteerbaarheid en betekenisvolheid.

Die definisie van sin van koherensie (Antonovsky, 1987a, p 19) bevat elk van die volgende drie komponente en dit word deur die numeriese waardes (1) tot (3) uitgelig (3.2): die mate waarin stimuli van die interne en eksterne omgewings as gestruktureerd, voorspelbaar en verklaarbaar beskou word (verstaanbaarheid); die gevoel van vertroue dat die hulpbronne beskikbaar is om die eise wat gestel word, te kan hanteer (hanteerbaarheid); en die mate waarin die eise of probleme beskou word as uitdagings wat die moeite werd is om energie voor in te span (betekenisvolheid).

Die komponente van sin van koherensie kan in sielkundige terme meer as 'n kognitiewe persoonlikheidskonsep beskou word, en Antonovsky en Sagy (1983 [manuskrip], p 1) konseptualiseer die drie komponente as volg; verstaanbaar (kognitief), hanteerbaar (gedrag) en betekenisvol (affektief). Hierdie drie komponente word vervolgens afsonderlik verder behandel.

3.3.1 Verstaanbaarheid

Verstaanbaarheid vorm die kern van die aanvanklike definisie van sin van koherensie soos dit in Antonovsky (1979, p 123) gedefinieer is, waar voorspelbaarheid van interne en eksterne omgewings beklemtoon word. Verstaanbaarheid beklemtoon die kognitiewe sin wat 'n persoon maak van die interne en eksterne eise en probleme wat deel van daaglikse lewe vorm.

Die terme wat verstaanbaarheid beskryf is verder uitgebrei vanaf voorspelbaarheid na gestruktureerd, konstant, duidelik en verklaarbaar (Antonovsky, 1987a, p 17). Boodskappe word dus eerder as informasie beskou as geraas. Verstaanbaarheid dra dus by daartoe dat gebeure in die toekoms en onverwagte stressituasies as voorspelbaar, verstaanbaar en verklaarbaar ervaar behoort te word. Hierdie komponent impliseer nie noodwendig dat die stimuli as aangenaam of aanvaarbaar ervaar sal word nie (byvoorbeeld dood en oorlogsituasies), maar dat dit eerder binne die realistiese werklikheid kognitief sin sal maak.

Antonovsky (1987c, pp 162-163) beskryf die komponent verstaanbaarheid in terme van die werksomgewing, wat impliseer dat ervaringe by die werk so gekoördineer word dat dit kognitief sin maak. Die bekendheid van ander se rolle in die werkplek, alternatiewe opsies vir probleemoplossing en oorhoofse doelwitte van die organisasie wat geïntegreer is met aksieplanne, verskaf vir die individu 'n meer verstaanbare beeld van die totale werksomgewing. Antonovsky wys na die gevaar van 'n oorkomplekse werksituasie wat kan aanleiding gee tot boodskappe wat as geraas ontvang word, eerder as boodskappe.

Antonovsky (1987c, p 163) beklemtoon werksekuriteit as 'n belangrike faktor wat verstaanbaarheid kan beïnvloed, wat sinvol is om na te kyk aangesien die integrasieproses van die Suid-Afrikaanse Nasionale Weermag gepaard gaan met 'n rasionaliseringsproses wat werksekuriteit onder druk kan plaas. Verstaanbaarheid impliseer dus dat die individu ten spyte van die stresvolle verwagtinge of situasie, die huidige situasie as duidelik ervaar en toekomstige uitkomst as voorspelbaar. Dalk word verrassings en nuwe probleme verwag wat nie noodwendig aanvaarbaar is nie, maar die geloof bestaan dat dit nie in chaos sal ontaard nie.

Vier vlakke van werksekuriteit word deur Antonovsky (1987c, p 163) aangedui.

- Die individuele werker se geloof dat as die aanvaarde reëls en regulasies nagekom word, hy/sy nie die werk sal verloor nie.
- Die werker se geloof dat die tipe werk wat hy/sy of die betrokke afdeling verrig nie as onbelangrik beskou sal word nie, altans nie voordat alternatiewe met hom/haar bespreek is nie. Verder bestaan die wete dat enige verandering rakende die aflegging van sy/haar betrokke funksie voorspelbaar behoort te wees.
- Die persepsie van die individuele werker rakende die bestaansreg of lewensvatbaarheid van die betrokke besigheid is positief.
- 'n Geloof van die individu in die bestaande sosiale sisteme, selfs buite die werksomgewing, ongeag van die stressors wat mag inwerk.

In verband met die laasgenoemde geloof in sosiale sisteme word verstaanbaarheid en konsekwentheid beïnvloed deur aspekte soos duidelikheid van gedeelde waardes, groeidentifikasie en normatiewe verwagtinge (Antonovsky, 1987c, p 164).

3.3.2 Hanteerbaarheid

Die hanteerbaarheidskomponent wat meer op gedragdimensies dui en waar aktiewe aanpassing na vore tree, wys op die mate waarin 'n persoon glo dat interne of eksterne hulpbronne tot sy/haar beskikking is wat die hantering van die stressituasie sal kan help fasiliteer (Antonovsky, 1987a, p 17). Hierdie hulpbronne waarna verwys word impliseer nie net dat dit onder die beheer van die individu self is nie, maar dit kan ook daarop dui dat die beheer in regverdige of legitieme ander se hande is op wie mens kan vertrou, byvoorbeeld, God, vriende, familie, eggenote, kollegas of 'n dokter.

In 'n vergelyking tussen hanteerbaarheid volgens die sin van koherensiekomponent en die bekende lokus van kontroleveranderlike (Rotter, 1971, pp 37-42), kan gesien word dat hanteerbaarheid wyer fokus as interne beheer wat aanleiding kan gee dat 'n persoon kan aanpas (Antonovsky, 1984b, p 119).

Hanteerbaarheid binne die werksomgewing hou nou verband met beheer, waar daar persepsies voorkom wat die legitimiteit van die beheer en ook die toepaslike bydraes wat gemaak word tydens besluitneming, bepaal. Antonovsky (1987c, p 161) dui op vier veranderlikes wat hanteerbaarheid binne die werksomgewing kan beïnvloed.

- Die mate van oorlading of selfs onderlading wat voorkom in die individu se werk.
- Die mate waarin daar beheer is oor die uitvoering van werk, en die beskikbaarheid van hulpbronne soos kennis, vaardighede, materiaal, toerusting en mannekrag.
- Die mate waarin die formele sosiale strukture die uitvoering van werk ondersteun, soos byvoorbeeld prosedures, werksprosesse, kommunikasie en terugvoerprosesse.
- Die karakter van die informele sosiale strukture is ook bepalend ten opsigte van die hanteerbaarheid van probleme of stressituasies. Voorbeelde van informele sosiale strukture is die mate waarin ander persone kan help of instaan wanneer 'n individu nie in staat is om die werk te verrig nie, of waar ondersteuning gebied word en dit nodig is vir ander om begrip te toon ten opsigte van die situasie.

Die kerngedagte is dat ervarings by die werk kan veroorsaak dat selfvertroue rakende hanteerbaarheid verhoog indien vermoëns geoefen en ontwikkel word (Antonovsky, 1987c, p 162).

3.3.3 Betekenisvolheid

Die betekenisvolheidskomponent dui op die affektiewe of motiveringsveranderlike van sin van koherensie, wat aansluit by die laaste deel van die definisie waar die eise wat gestel word vir die individu beskou word as uitdagings wat die moeite werd is om na te streef en wat bereik kan word (Strümpfer, 1990, p 269). Hier is dus sprake dat die individu eerder emosioneel as kognitief sin maak van 'n situasie en dat situasies as uitdagings beskou word wat die moeite werd is om energie in te belê. Selfs al is 'n ervaring onaangenaam of moeilik kan dit as die moeite werd beskou word om daarby aan te pas en gevolglik aan te gaan met die lewe.

Antonovsky (1987c, pp 159-160) beklemtoon die belangrikheid van deelname in besluitneming en vrywillige deelname as belangrike elemente in die werksomgewing wat die gevoel van betekenisvolheid kan beïnvloed. Wanneer die individu dus verhoogde deelname in besluitneming en vryheid het in die uitvoering van sy werk, word 'n gevoel van eienaarskap en 'n lus om te werk gekweek, wat aanleiding kan gee tot ervarings van plesier en trots. Verder dui Antonovsky op die volgende aspekte wat die gevoel van plesier en trots kan verbeter:

- Die geleentheid vir 'n individu om homself te kan uitdruk is belangrik vir betekenis.
- Die sosiale waardeskatting van die werk op twee vlakke kan betekenisvolheid beïnvloed. Eerstens die waarde van die beroep of industrie waarin die individu hom/haarself bevind, in terme van byvoorbeeld mag, vergoeding, erkenning en prestige. Tweedens die waarde wat die individuele werker aan sy eie werk toeken aan die hand van hoe hy die sosiale waardeskatting beskou in terme van gelykheid van belangrikheid, wat dus sy/haar gevoel rakende eienaarskap daaropvolgend kan beïnvloed.
- Intrinsieke bevrediging, wat verkry kan word deur die vervulling van die hanteerbaarheidskomponent, kan betekenisvolheid aanmoedig.

- Ekstrinsieke vergoeding kan ook 'n waardevolle motiveringsrol vervul aangesien dit kan aanleiding gee tot die vervulling van ander behoeftes van die individu, soos byvoorbeeld die onderhouding van die familie by die huis.

Die kern wat deur Antonovsky (1987c, pp 159-160) beklemtoon word in die betekenisvolheidskomponent, is dat individuele deelname, vryheid van keuse, beïnvloeding van die omgewing, die waarde wat toegeken word aan sy/haar werk en die ervaring van ekstrinsieke sowel as intrinsieke bevrediging, die motivering van die individuele werker behoort te rig.

3.4 DINAMIKA VAN SIN VAN KOHERENSIE

Vervolgens word die dinamika van sin van koherensie bespreek deur die drie komponente in wisselwerking te beskou, waar sekere grense voorkom en daar van hulpbronne gebruik gemaak kan word.

3.4.1 Verhoudinge tussen die drie komponente

Antonovsky (1987a, p 22) het in sy in-diepte ondersoek van effektiewe aanpassing vanuit die sin van koherensie bepaal dat al drie die komponente van verstaanbaarheid, hanteerbaarheid en betekenisvolheid belangrik is en teenwoordig moet wees aangesien hulle interafhanklik is en mekaar wedersyds beïnvloed.

As gevolg van mense se verskillende agtergronde en ervarings ontwikkel die drie elemente verskillend en kan dit aanleiding gee dat 'n komponent of swakker of beter ontwikkel is as van die ander. Uit Antonovsky (1987a, pp 19-21) se navorsing is bevind dat sekere kombinasies van komponente en hul sterkte, die waarskynlikheid van suksesvolle aanpassing kan versterk terwyl ander kombinasies meer geneig is om uit te loop op mislukking. Die betekeniscomponent het geblyk om die sterkste invloed te hê op uiteindelijke sukses van aanpassing, en verstaanbaarheid

die tweede sterkste invloed. Dit beteken nie dat hanteerbaarheid nie belangrik is nie, intendeel al drie die komponente is nodig vir suksesvolle hantering van stresvolle situasies. Dit impliseer dat as al die komponente nie goed ontwikkel is nie, die waarskynlikheid vir verbetering of aanpassing beter is as betekenisvolheid ten minste sterk is, as andersom.

Hierdie bogenoemde verduideliking behoort verder uitgelig te word deur die agt tipes kombinasies van die drie komponente wat Antonovsky (1987a, p 20) aandui, en die waarskynlikheid van die rigting van uitkomst wat in navorsing getoon is. Verstaanbaarheid, hanteerbaarheid en betekenisvolheid word deur (V), (H) en (B) onderskeidelik aangedui:

Tipe 1:

Voorspelling:

(V) = Hoog en (H) = Hoog en (B) = Hoog

--- Stabiel (hoë koherensie)

Tipe 2:

(V) = Laag en (H) = Hoog en (B) = Hoog

--- Kom min voor

Tipe 3:

(V) = Hoog en (H) = Laag en (B) = Hoog

--- Druk om te verbeter

Tipe 4:

(V) = Laag en (H) = Laag en (B) = Hoog

--- Druk om te verbeter

Tipe 5:

(V) = Hoog en (H) = Hoog en (B) = Laag

--- Druk om te verswak

Tipe 6:

(V) = Hoog en (H) = Laag en (B) = Laag

--- Druk om te verswak

Tipe 7:

(V) = Laag en (H) = Hoog en (B) = Laag

--- Kom min voor

Tipe 8:

(V) = Laag en (H) = Laag en (B) = Laag

--- Stabiel (lae koherensie)

Die belangrike beginsel wat na vore kom by die beskouing van die verhouding tussen die drie komponente, is dat daar gepoog moet word om al drie hoog te kry om sodoende suksesvolle aanpassing te kan fasiliteer (Antonovsky, 1987a, p 22). Dit impliseer egter nie dat 'n persoon die hele wêreld as koherent moet beskou om sodoende oor 'n sterk sin van koherensie te beskik nie. Die invloed van grense op sin van koherensie word vervolgens behandel.

3.4.2 Sin van Koherensie en grense

Antonovsky (1987a, p 22) skryf dat die resultate van in-diepte navorsing ten opsigte van sin van koherensie, daarop dui dat 'n sterk sin van koherensie nie noodwendig beteken dat die hele objektiewe wêreld as koherent beskou word nie. In dié verband het dit duidelik geword dat elke persoon vir hom/haarself sekere grense stel waarbinne die beskouing van verstaanbaarheid, hanteerbaarheid en betekenisvolheid van belang is.

Sin van koherensie het grense waarbinne dit voorkom en hierdie grense verskil van individu tot individu. Die individu fokus op areas wat belangrik is vir hom/haar en vir sekere mense is hierdie grense van belangrikheid kleiner as vir ander (Antonovsky, 1987a, pp 22-23). 'n Persoon kan dus voel dat hy/sy min belegging kan maak op politieke vlak, nie oor hoë vlakke van kognitiewe funksionering beskik nie en lae belangstelling toon in ondersteuningsgroepe of vakbonde, en nog steeds oor 'n sterk sin van koherensie beskik. Die belangrike faktor wat sin van koherensie beïnvloed is of die individu die areas van belangrikheid binne sy/haar betrokke grense as verstaanbaar, hanteerbaar en betekenisvol beskou.

Antonovsky (1987a, p 23) beweer egter dat die grense nie so klein kan wees dat dit areas soos innerlike gevoelens, onmiddellike interpersoonlike verhoudings, 'n persoon se hoofake en eksistensialistiese veranderlikes (byvoorbeeld dood, konflik, en onverhoedbare mislukings), kan misken nie. Die grootte van grense kan dus verskil van persoon tot persoon, maar binne die grense behoort daar altyd potensiaal te bestaan vir konflik en stressors om voor te kom. Antonovsky beweer dat kleiner grense nie noodwendig beteken dat belangrike aspekte buite die grense nie die individu se lewe kan beïnvloed nie. Die mees apolitiese persoon in die wêreld kan byvoorbeeld weldie slagoffer word van onluste en geweld.

Dit is belangrik dat 'n persoon emosioneel sin maak van die stressituasie binne die grense van belangrikheid vir die betrokke individu (Antonovsky, 1987a, p 23), wat daartoer sal lei dat hy/sy gemotiveerd is om die situasie te verstaan en te verklaar, waarna hulpbronne en metodes dan sinvol geïdentifiseer, gekies en aangewend kan word (Strümpfer, 1990, p 268). Die keuse en gebruik van hulpbronne tydens die proses word vervolgens aangespreek.

3.4.3. "Generalized Resistance Resources (GRR)" en die sin van koherensie

Sin van koherensie dui op die algemene oriëntasie wat die individu in staat stel om moontlike strategieë (kognitief of emosioneel), metodes of hulpbronne effektief te identifiseer en te gebruik (Kalimo & Vuori, 1990, p 78). Soos Antonovsky (1984a, p 5) dit stel, "a generalized resistance resource 'works', I suggest, because it provides life experiences which promote a strong sense

of coherence." Navorsing deur Billings en Moos (1982, p 218) het bevind dat hulpbronne verseker dat die effek wat deur stressors veroorsaak word, versag word.

GRR kan beskryf word as enige eienskap van die individu self, die groep, die subkultuur of die samelewing wat die proses van vermyding of hantering van 'n wye verskeidenheid van stressors fasiliteer (Antonovsky, 1979, p 99). Hierdie GRR vervul 'n spanningsbestuurrol wat verder beskryf kan word as karaktertrekke van die mens se biologiese, psigologiese en sosiale wêreld en wat spruit of ontstaan uit die individu se biologiese en psigologiese samestelling wat gevolglik in interaksie is met mekaar om sodoende by te dra dat spanning effektief bestuur kan word en sodoende verhoed dat negatiewe stres ontwikkel (DeBruyn & Wagenfeld, 1993, p 8).

Die rol van GRR kan van toepassing gemaak word op enige stressituasie, probleem of eis wat kan voorkom. Dit is egter belangrik om daarop te let dat 'n wye verskeidenheid van GRR voorkom, waar verskeie van die hulpbronne kan werk in verskillende situasies en ook vir verskillende individue anders aangewend kan word (Antonovsky, 1984b, p 121). In dié verband sal die individu met 'n swak sin van koherensie dalk vinnig moed opgee, terwyl die individu met 'n sterk sin van koherensie sal aanhou en soek vir potensiële GRR wat die betrokke situasie kan help fasiliteer. Antonovsky noem voorbeelde soos vriende wat nie van waarde is as daar nie kommunikasie is nie, geld wat nie van waarde is as dit nie gebruik word nie en kulturele norme wat nie van waarde is as dit nie in die konkrete situasie aangewend word nie.

Antonovsky (1979, pp 102-119) beskryf 'n wye verskeidenheid van GRR wat kan voorkom, en Strümpfer (1990, p 268) gee 'n kort opsomming van die GRR:

- (a) **Fisiese en biochemiese hulpbronne** - Byvoorbeeld neurologiese sisteme en immuunstelsels.

- (b) **Artefakmateriaal of kunsprodukte** - Geld en rykdom (besittings) is 'n goeie voorbeeld in dié verband, wat 'n ondersteuning kan bied as dit nodig is om benodighede aan te koop of as daar byvoorbeeld betaal moet word vir 'n aborsie in geval van 'n onwelkome swangerskap. Aspekte soos mag, status en dienste kan ook deur hierdie GRR beïnvloed word.
- (c) **Kognitiewe hulpbronne** - Veranderlikes wat as voorbeeld hier gemeld kan word is kennis, opvoeding, intelligensie en vaardighede. Aangesien 'n belangrike deel van sin van koherensie kognitiewe prosesse betrek, kan dit 'n sterk fasiliterende rol vervul, byvoorbeeld kennis om vigs te vermy of wetlike regte of stappe wat geneem kan word.
- (d) **Emosionele hulpbronne** - Emosionele hulpbronne wat byvoorbeeld van waarde kan wees is byvoorbeeld ego-identiteit, selfkonsep, selfvertroue, selfbeheersing en dissipline.
- (e) **Aanpassingstrategieë** - Aanpassingstrategieë, wat kognitiewe, emosionele of instrumentele elemente kan bevat, dui op algemene aksieplanne vir die hantering van stressituasies.
- (f) **Interpersoonlike verhoudinge** - In dié verband word daar verwys na enige vorm van sosiale ondersteuning en samewerking. Kalimo en Vuori (1990, p 77) skryf dat verskeie vorme van sosiale ondersteuning soos erkenning, respek, advies en konkrete hulp aanleiding kan gee dat selfvertroue verbeter en dat psigiese welstand gevolglik verbeter.
- (g) **Makro sosio-kulturele hulpbronne** - Hierdie tipe hulpbronne betrek aspekte soos samelewingsnorme, kultuur en geloof wat reeds bestaande en aanvaarde antwoorde beskikbaar stel.

Dit is duidelik dat sin van koherensie 'n persoon in staat stel om beter te kan aanpas by stresvolle situasies, waar die komponente verstaanbaarheid, hanteerbaarheid en betekenisvolheid kerndimensies is wat moet voorkom. Dit word verder beklemtoon dat GRR 'n waardevolle bydrae lewer in die vorming en instandhouding van die sin van koherensie. Vervolgens word die ontwikkeling van sin van koherensie en die bronne wat bydrae tot die sterkte daarvan, aangespreek.

3.5 ONTWIKKELING VAN DIE SIN VAN KOHERENSIE

Herhaaldelike ervarings van sinmaak wat met die hulp van GRR gefasiliteer word, gee aanleiding dat 'n sterk sin van koherensie ontwikkel (Strümpfer, 1990, p 268). Hierdie ervarings van sinmaak word reeds van vroeë ouderdom as kind opgebou, en teen die tyd dat vroeë volwassenheid bereik word is die algemene persepsie van die wêreld (sin van koherensie) reeds in 'n mate gevorm deur ervarings in die familie, subkulture en sosiale strukture waarbinne die kind grootgeword het (Antonovsky, 1987c, p 157). Die kinder- en tienerjare lê dus die basis vir die vlak van sin van koherensie waarmee die vroeë volwasse stadium betree word. Antonovsky (1987, p 158) beweer egter dat die ervarings in die eerste fase van die volwasse lewe die finale sterkte van die individu se sin van koherensie, bepaal.

Sonder om in fyn besonderhede in die ontwikkelingsfases van die mens (kind, adolessent en volwassene) in te delf, kan daar wel drie breë karaktertrekke beskryf word, wat in herhaalde ervarings van sinmaak 'n rol speel in die vorming van die sin van koherensie, naamlik konsekwentheid, onderlading-oorladingbalans en deelname in besluitneming. Antonovsky (1979, p 187) skryf:

Life experiences are crucial in shaping a sense of coherence.... The more these experiences are characterized by consistency, participation in shaping outcome, and an underload-overload balance of stimuli, the more we begin to see the world as coherent and predictable.

Vervolgens word hierdie drie kernkaraktertrekke in die ontwikkeling van die sin van koherensie kortliks bespreek.

3.5.1 Konsekwentheid

Die ervaring van konsekwentheid, wat die kern vorm vir die komponent verstaanbaarheid, verwys na die mate waarin gegewe lewenservaringe ooreenkomste toon met vorige ervaringe (Antonovsky, 1984b, p 122). Die kern van die ontwikkeling ten opsigte van konsekwentheid is die mate waarin 'n individu se ervaringe gelaai is met teenstrydighede of dubbelboodskappe waarvoor daar nie verduideliking is nie, en die mate waarin elemente, byvoorbeeld gedragresultate, sosiale reaksie en verhoudinge, ooreenstem met vorige soortgelyke ervarings.

Wanneer die individu gedurig vanaf dieselfde bronne verskillende boodskappe of konflikterende informasie ontvang, en reëls is gereeld inkonsekwent, kan dit met die tyd aanleiding gee dat die individu perseptueel chaos beleef en informasie as geraas ervaar, wat kan lei daartoe dat dit moeilik word om die wêreld waarbinne gefunksioneer word, te verstaan (Antonovsky, 1991, p 94). Dit is dus belangrik dat daar sekere vasgestelde reëls, riglyne en kriteria bestaan waarvolgens prioriteite gestel kan word, en dat 'n beduidende deurlopende lyn loop tussen die verlede, hede en toekoms.

3.5.2 Onderlading-oorkladingbalans

Die ladingsbalans wat die kern vorm vir die ontwikkeling van die hanteerbaarheidskomponent, verwys na die mate waarin die lewenservaringe, wat altyd gepaard gaan met sekere eise, voldoende is of in balans is met die kapasiteit of vermoëns van die individu om daarby aan te pas (Antonovsky, 1984b, p 123).

Gedurende die mens se ontwikkelingsfasies word hy/sy gedurig gekonfronteer met situasies wat interne en eksterne eise kan inhou, waar 'n sekere mate van energie, vermoëns, vaardighede,

kennis en potensiaal ingespan moet word om by die situasie aan te pas (Antonovsky, 1984b, p 123). Tydens die hantering van situasies kan ervarings van sukses of mislukking, asook verveeldheid of oorweldiging van kapasiteit, na vore kom. Dit is in hierdie verband belangrik dat daar deur die lewensloop konstante ervarings van balans voorkom en dit nie gedurig ervaar word dat 'n onderlading of oorlading van energie bestaan nie.

Antonovsky (1987a, pp 112-113) beweer dat waargenome hulpbronne en die suksesvolle aanwending daarvan 'n belangrike rol speel in ladingbalans. Die persepsie van hulpbronne wat beskikbaar is, hetsy self (byvoorbeeld kennis en vaardighede) of ander faktore (byvoorbeeld raad van deskundiges, toerusting en ondersteuning), sal 'n bepalende invloed hê op die individu se ervaring van oorlading of onderlading. Daar kan dus gesê word dat herhaaldelike ervarings wat in lyn is met die individu se vermoë, beskikbare hulpbronne (byvoorbeeld sosiaal, materiaal en organisatories) en die onder- en oorladingbalans, aanleiding behoort te gee tot die versterking van die sin van hanteerbaarheid.

3.5.3 Deelname in besluitneming

Deelname in besluitneming, wat die basis vorm vir die ontwikkeling van die betekenisvolheidskomponent, verwys na die mate waarin 'n persoon deurlopend die ervaring verkry van deelname in sosiaal aanvaarde besluitnemingsprosesse (Antonovsky, 1987a, p 111).

In die proses van deelname in besluitneming is daar minder sprake van beheer, en dit behels meer dat die individu goedkeuring of aanvaarding toon ten opsigte van die take wat aan hom/haar opgelê word, dat daar 'n aansienlike mate van verantwoordelikheid vir prestasie bestaan, en dat die betrokke individu se insette of weerhouding daarvan 'n definitiewe invloed sal hê op die uitkoms van die ervaring (Antonovsky, 1984b, p 123). Dit hou verband met die gevoel van plesier en trots in die werk waar vryheid van keuse belangrik is en dit die gevoel van eienaarskap kan verbeter.

Antonovsky (1991, p 95) skryf samevattend dat die konsekwentheidkaraktertrek meer dui op die **wat**, die ladingsbalans op die **hoe**, en die ervarings van deelname in besluitneming meer dui op die **waarom** van 'n spesifieke situasie met gepaardgaande eise en uitdagings.

In die volgende deel van die hoofstuk word die toepassing en rol van sin van koherensie in 'n stressituasie bespreek.

3.6 STRESERVARING EN DIE ROL VAN SIN VAN KOHERENSIE

Antonovsky (1984b, p 121) maak die standpunt dat sin van koherensie 'n persoon in staat stel om aktiwiteite te identifiseer en selektief betrokke te raak, wat meer geneig is om welstand te bevorder en bedreigings te verminder. Dit impliseer basies dat die waarskynlikheid om potensieel gevaarlike situasies te betree minder is, maar nie noodwendig afgeweer word nie. Antonovsky beweer dat wanneer die persoon dan wel, ten spyte van pogings tot vermyding, blootgestel word aan stresvolle situasies, 'n sterk sin van koherensie die betrokke persoon in staat behoort te stel om die situasie eerder te sien as onafwendbaar, maar tog die moeite werd om dit as 'n uitdaging te beskou en energie te investeer ten einde die eise of probleme effektief te bestuur, eerder as om dit te sien as geraas of bedreiging wat kan aanleiding gee dat 'n verlamme of hulpelose gevoel intree.

Sin van koherensie kan 'n waardevolle bydrae maak om die impak van stressors te verminder en die individu help om meer effektief eise teen te staan. Alhoewel daar in hoofstuk 4 verwys word na navorsing wat gedoen is rakende die sin van koherensie se bydrae as katalisator ten opsigte van stressors, kan voorlopig melding gemaak word van die navorsing wat deur Strümpfer et al (1991) gedoen is, waar die resultate aangedui het dat sin van koherensie die impak van stressors verminder.

Antonovsky (1987a, pp 132-143) beskryf die rol van sin van koherensie aan die hand van 'n beskrywing van die beoordelingsproses wat by die streservaring voorkom. Hierdie beoordelingsproses word onder andere gemeld in Folkman, Lazarus, Gruen en Delongis (1986a, p 572) en Folkman, Lazarus, Gruen, Delongis en Dunkel-Schetter (1986b, p 993), en Folkman en Lazarus (1988, p 467) beskryf hierdie proses as deel van 'n diagrammatiese model wat aanpassing as mediator van emosie uitbeeld.

Die beskrywing van sin van koherensie se rol tydens die beoordelingsproses word vervolgens bespreek.

3.6.1 Beoordelingsproses

Stressors werk in op 'n persoon se lewe as deel van die spesifieke verhouding wat daar bestaan tussen die individu en sy omgewing. Hierdie stressors word deur die persoon beoordeel en op 'n kontinuum waargeneem as hanteerbaar of dat die eise die persoon se vermoë oorskry om daarby aan te pas (Antonovsky, 1987a, p 132). Hierdie beoordelingsproses verskil van individu tot individu en die sin van koherensie behoort 'n bepalende rol te speel sodat stressors meer gesien word as uitdagings wat hanteer kan word, as eise waaraan daar nie voldoen kan word nie.

3.6.1.1 Primêre beoordeling I - Definieer stressor

In die primêre beoordelingsproses bereik die stimulus die individu en moet dit gedefinieer word as 'n stressor of nie. Hierdie persepsie bring die basiese response in werking wat 'n reaksie is op die stimulus (Antonovsky, 1987a, p 132). Tydens die proses behoort die persoon met 'n sterker sin van koherensie die situasie te sien as nie stresvol nie en dat aanpassing 'n normale en outomatiese proses sal wees, terwyl die persoon met 'n swak sin van koherensie die situasie sal ervaar as 'n bedreiging en die gevaar dus bestaan dat die streservaring destruktief kan word. Al twee hierdie tipe persone kan dus die stimuli ervaar as 'n stressor. Die persoon met die sterk sin van koherensie sal dit dan eerder sien as 'n uitdaging wat hanteer kan word in plaas van iets wat oorweldigend en oorheersend is.

3.6.1.2 Primêre beoordeling II - Aard van stressor

Nadat die stimulus nou geïdentifiseer is as 'n stressor, moet die individu beoordeel wat die gevaar is wat die spesifieke situasie inhou vir sy/haar welstand en of dit positief, matig of irrelevant is (Antonovsky, 1987a, p 132). Hierdie beoordeling sluit aan by die aanvanklike beoordeling rakende die stimulus wat gesien is as 'n stressor of nie, waar die persepsie of definisie wat aan die stimulus gekoppel is bepalend kan wees ten opsigte van die individu se beskouing van hoe die stimulus sy/haar lewe behoort te beïnvloed.

Antonovsky (1987a, p 133) beweer dat indien die stimulus dus as 'n groot gevaar gesien word by beoordeling I, behoort die effek daarvan op die individu se welstand ook as intens beskou te word, soos in die geval van 'n swak sin van koherensie. Die individu met 'n sterk sin van koherensie wat reeds by beoordeling I die stimulus gesien het as nie-stresvol of as 'n uitdaging wat hanteer kan word, behoort die stressor tydens beoordeling II meer te ervaar as matig of irrelevant.

Die probleem wat kan voorkom by hierdie fase is dat as 'n stressor as intens waargeneem word by beoordeling I en dit dan deur kognitiewe rasionalisering as 'n matige of irrelevante stressor beskou word, volg byvoorbeeld: dit is nie so erg dat die kind raakgery is nie want daar is versigtig bestuur (Antonovsky, 1987a, p 133). Dit kom dus daarop neer dat die persoon met 'n sterk sin van koherensie met meer gemak 'n stressituasie sal betree aangesien die eise gesien word as uitdagend en oorkombaar.

3.6.1.3 Primêre beoordeling III - Emosionele en kognitiewe prosesse

Op hierdie stadium van die beoordelingsproses waar die stressor reeds beoordeel is as positief of negatief, tree die emosionele ervaring sterk na vore en word gevolg deur 'n kognitiewe evaluering en instrumentele besluite (Antonovsky, 1987a, pp 136-137).

Rakende die emosionele ervaring, behoort 'n stressor wat as negatief beoordeel is by die individu met 'n sterk sin van koherensie gevoelens, soos byvoorbeeld hartseer, vrees, pyn, ontsteltenis, skuld en bekommernis, te ontlok. Die individu met 'n swak sin van koherensie sal heel moontlik gevoelens soos angstigheid, woede, skaamte, wanhoop, verlatenheid en verstomheid ervaar (Antonovsky, 1987a, p 136). Uit hierdie onderskeid van gevoelens kan daar gesien word dat, al kan 'n stressor onaangename gevoelens by beide partye laat voorkom, die groot verskil daarin lê dat die gevoelens wat by die sterk sin van koherensie voorkom meer motiverend van aard is en geneig sal wees om uit te loop in konstruktiewe kognitiewe evaluering en instrumentele besluite.

Die persepsie van die stressor en die waargenome effek wat dit op die welstand van die individu kan hê en die gevolglike gevoelens wat daaruit ontstaan, behoort grotendeels die persoon se kognitiewe evaluering van die situasie en daaropvolgende besluite te beïnvloed. Die kognitiewe proses verskaf duidelikheid aan die situasie terwyl die emosionele element betekenis verskaf (Antonovsky, 1987a, p 137). Sterk sin van koherensie sal meer geneig wees om emosionele en kognitiewe orde te fasiliteer ten opsigte van die persepsie van 'n bepaalde stressor, en gevolglik die ervaring van eise as uitdagings stimuleer. Dit vorm die basis van suksesvolle aanpassing, waar die wêreld benader word met die algemene ingesteldheid dat stressors betekenisvol en verstaanbaar is en dit dus die basis vorm vir motivering en die kognitiewe hantering van die spanningsituasie deur te verhoed dat negatiewe stres ontwikkel.

3.6.1.4 Sekondêre beoordeling - Keuse en implimentering van strategieë en GRR

Die primêre beoordelingprosesse vind hoofsaaklik intern plaas en daar is nog nie werklik sprake van uitvoering en konkrete hantering van die probleemsituasie nie. Na afloop van die primêre beoordeling, sal die persoon met 'n sterk sin van koherensie besluit op die geskikte aanpassingsstrategie vir die spesifieke situasie, en in dié fase is die keuse van die geskikte GRR ook van deurslaggewende belang (Antonovsky, 1987a, p 138).

Antonovsky (1987a, pp 139-140) beweer dat die individu met 'n swak sin van koherensie, wat die stressor sien as destruktief en 'n las, sal neig om te fokus op emosionele parameters, of om slegs die ongelukkigheid wat veroorsaak is deur die stressor, te probeer hanteer. Hierdie beginsel sal geld vir interne of eksterne stressors, sowel as positiewe en negatiewe stressors. Die persoon met die sterk sin van koherensie sal meer fokus op die instrumentele parameters van die spesifieke probleem, en probeer bepaal watter hulpbronne ingespan kan word om die probleem, wat as 'n uitdaging benader word, die hoof te bied.

Die oriëntasie wat dus nodig is vir 'n sterk sin van koherensie, is dat die individu selfvertroue moet vestig dat die wêreld betekenisvol en verstaanbaar is en gevolglik die spesifieke stressituasie ook so benader (Antonovsky, 1987a, p 145). Die persoon is dan gereed om die situasie te hanteer en GRR effektief te benut ten einde instrumentele probleme te oorkom en emosionele ladings te kan hanteer.

3.6.1.5 Tersiêre beoordeling - Terugvoer en regstellings

Om die aanpassingsproses te voltooi en sinvol te kan integreer as deel van die individu se leerervaring, wat gevolglik sin van koherensie kan versterk, is dit nodig om die suksesse en mislukkings van die strategieë wat gebruik is om 'n spesifieke stressituasie te hanteer, te evalueer (Antonovsky, 1987a, p 146). Dit bring ons dan by die finale stap van die beoordelingsproses of aanpassingsproses, naamlik tersiêre beoordeling.

Tydens hierdie fase word terugvoer verkry as reaksie of gevolge van die aksiestappe wat geneem is om die situasie te hanteer. Met die terugvoerinligting tot beskikking kan regstellings gemaak word en konstruktiewe leerervaringe opgebou word, wat sinvol as hulpbron kan dien vir 'n volgende soortgelyke situasie of ervaring (Antonovsky, 1987a, p 146). Antonovsky meld twee voorbeelde van hulpbronne wat aangewend word en dalk regstelling benodig, naamlik 'n vriend wat genader is om te help het dalk te veel probleme van sy eie en die werkerskomitee waarby aangesluit is word gedomineer deur 'n paar individue en griewe word nie regtig hanteer nie.

Hierdie beoordelingsproses vind deurlopend plaas waar die mens elke dag van sy/haar lewe deur die beoordelingsfases beweeg in die hantering van eise wat gedurig voorkom. Tydens die ontwikkelingsfases en die vroeë volwasse stadium van die individu sal die herhaaldelike ervarings en wyses van aanpassing en integrering van terugvoer, bepalend wees vir die ontwikkeling van die sin van koherensie (Antonovsky, 1987a, p 146). Wanneer die sin van koherensie egter relatief gevestig is, ongeag die lewenstadium waarin 'n persoon verkeer, behoort reaksies soortgelyk te wees as die beskrywings van sterk en swak sin van koherensie soos dit aangedui word in hierdie hoofstuk.

Die navorsingsdoelstelling wat deur hierdie hoofstuk aangespreek word is om 'n gedragsprofiel vir aanpassing, met verwysing na sin van koherensie, saam te stel. Deur die loop van die hoofstuk word kenmerke van sin van koherensie aangedui, maar ter wille van meer duidelikheid en 'n sinvolle samevatting, as antwoord op die gegewe doelstelling, word 'n profiel vir suksesvolle aanpassing in die vorm van 'n sterk sin van koherensieprofiel, vervolgens voorgelê.

3.6.2 Die sterk sin van koherensieprofiel

Die sterk sin van koherensieprofiel word vervolgens saamgevat en vir meer duidelikheid word die komponente opgebreek in verstaanbare eenhede. Dit is net belangrik om in gedagte te hou dat, sistemies beskou, al die komponente 'n geïntegreerde geheel vorm waar wedersydse beïnvloeding plaasvind. Die profiel van sterk sin van koherensie soos dit uiteengesit is, volg breedweg die volgorde van die definisie van sin van koherensie (Antonovsky, 1987a, p 19). Verstaanbaarheid word eerstens aangeraak, met elemente soos die duidelikheid van die stressituasie en definiering van die stressors. Die tweede gedeelte van die profiel fokus op hanteerbaarheid, waar elemente soos strategieë en hulpbronne voorkom. Derdens word die betekenisvolheidkomponent aangeraak, waar emosionele sinmaak en motivering na vore tree.

(a) Verstaanbaarheid

- Stressors wat inwerk op 'n persoon se lewe word beskou as gestruktureerd, voorspelbaar, verklaarbaar en oor die algemeen verstaanbaar. Groter duidelikheid rakende die stressituasie word dus ervaar. Dit impliseer dat boodskappe gesien word as informasie in plaas van geraas.
- Stressors word gedefinieer as uitdagings wat hanteer kan word, eerder as om dit te sien as oorweldigend of oorheersend.
- Aanpassing by 'n stresvolle situasie word as 'n normale en outomatiese proses beskou.
- Stressors word oor die algemeen meer matig of irrelevant beskou, saam met die geloof dat die stressors nie die betrokke individu se welstand groot skade sal aandoen nie.

(b) Hanteerbaarheid

- Die geloof bestaan dat hulpbronne (intern of ekstern) beskikbaar is, wat die suksesvolle hantering van die stressituasie moontlik sal maak.
- Wanneer 'n stressituasie ontstaan, bestaan daar selfvertroue dat die situasie hanteer kan word, en dit word versterk deur vorige ervarings van sinmaak. Dit impliseer dat stressituasies met groter gemak en sekerheid benader word as in die geval van 'n swak sin van koherensie.
- Die vertroue bestaan dat die stressituasie onder beheer is of onder beheer gebring kan word, hetsy deur die persoon self of deur ander betroubare persone.

- Die individu beskik oor die vermoë om die geskikte hulpbronne (GRR) en strategieë vir spesifieke stressituasies te identifiseer en dit dan doeltreffend te benut, en sodoende te verseker dat aanpassing beter gefasiliteer word.
- Die individu met 'n sterk sin van koherensie sal, in plaas van om op emosionele parameters te fokus en dit te probeer hanteer, eerder fokus op instrumentele parameters van die spesifieke probleem, en dan bepaal watter hulpbronne ingespan kan word om die probleem die hoof te bied.
- Daar bestaan dus 'n aktiewe poging om die situasie te hanteer of om dit moontlik te maak vir die betrokke individu om daarby aan te pas en aan te gaan met die lewe, eerder as 'n passiewe aanvaarding dat niks gedoen kan word nie en mens net agteruit gaan.
- Buigbaarheid bestaan in die keuse en gebruik van hulpbronne en strategieë. Dit is dus moontlik vir die individu om verskillende strategieë en hulpbronne vir verskillende eise of probleme aan te wend soos wat die behoefte voorkom. 'n Groot verskeidenheid van moontlike strategieë en hulpbronne waarvan gebruik gemaak kan word, behoort hanteerbaarheid verder te versterk.
- Alhoewel daar aansienlike buigbaarheid en outonomie bestaan rakende die hantering van verskillende situasies en die benutting van verskeie hulpbronne en strategieë, bestaan daar sekere fundamentele reëls en principe wat as riglyne dien vir optrede. Daar word dus gepoog om balans te verkry tussen reëls en strategieë, en ook tussen ervaring en nuwe informasie.
- Daar bestaan 'n bereidheid, gereedheid en gewilligheid by die individu om hulpbronne tot sy beskikking te ondersoek en daadwerklik te benut.

- Aktiwiteite en strategieë wat aangewend word, sal meer geneig wees om voordelige gevolge in te hou en dus beweging na die gesonde kant van die kontinuum aanmoedig. Potensieel stresvolle of probleemsituasies word beter geïdentifiseer en gevolglik vermy of anders benader.

(c) Betekenisvolheid

- Stressors of stressituasies word beskou as uitdagings wat die moeite werd is om energie in te belê.
- Die stressituasie maak vir die individu emosioneel sin.
- Konstruktiewe emosies word ervaar, wat dit vir die individu moontlik maak om die situasie nog steeds kognitief te kan evalueer en realistiese instrumentele besluite te kan neem en daarvolgens op te tree. Gevoelens soos hoop en entoesiasme word eerder ervaar as moedeloosheid en lusteloosheid.
- Gefokusde emosies wat gekoppel is aan duidelike en realistiese teikens of doelwitte bestaan. Byvoorbeeld eerder hartseer, vrees, pyn, ontsteltenis, skuld en bekommernis, as ang, woede, skaamte, wanhoop, verlatenheid en verstomming.
- Die individu met 'n sterk sin van koherensie is meer bewus van sy gevoelens, kan dit makliker beskryf en voel minder bedreig daardeur.
- 'n Positiewe moraal en wil om te lewe kom voor.

Die individu met 'n sterk sin van koherensie toon 'n mate van buigbaarheid in die grense wat hy/sy stel waarbinne dit belangrik is dat verstaanbaarheid, hanteerbaarheid en betekenisvolheid voorkom.

Die individu met 'n swak sin van koherensie behoort teenstrydige of teenoorgestelde profiel-elemente te toon as wat in die profiel van sterk sin van koherensie aangedui word. 'n Swak sin van koherensie kan heel waarskynlik gekoppel word aan 'n swak selfbeeld en -identiteit (Antonovsky, 1987a, pp 24-26). Antonovsky waarsku egter dat dit wel in uitsonderlike gevalle moontlik kan wees dat 'n persoon met 'n swak sin van koherensie aan 'n substituuidentiteit kan vasgryp en dan ontstaan 'n valse of rigiede sin van koherensie. Die probleem wat kan intree is dat hierdie rigiede sin van koherensie as 'n sterk sin van koherensie kan projekteer. Hierdie verskynsel behoort dus tydens evaluering altyd in gedagte gehou te word, veral in die geval van 'n sterk sin van koherensie wat gekenmerk word deur dwang (3.1.5). Antonovsky dui verder aan dat in-diepte kwalitatiewe navorsing die enigste werklike wyse is waardeur 'n valse of rigiede sin van koherensie aan die lig gebring kan word, wat dus die kwalitatiewe aard van die navorsing ondersteun.

Vervolgens word 'n sterk sin van koherensie in die werkskonteks bespreek.

3.6.3 Sterk sin van koherensie in die werkplek

Die elemente van die sterk sin van koherensieprofiel, soos uiteengesit by 3.6.2, behoort te geld in 'n werksomgewing aangesien sin van koherensie 'n mens se algemene oriëntasie tot sy/haar leefwêreld voorstel, ongeag die situasie.

Daar kan dus gesê word dat 'n individu met 'n sterk sin van koherensie, kognitief sin sal maak van sy/haar werkplek deur dit te sien as duidelik, georden, gestruktureerd, voorspelbaar en verklaarbaar (verstaanbaar). Gebeure of eise word as uitdagings beskou wat hanteer kan word, deurdat die nodige hulpbronne beskikbaar sal wees, of dit nou onder die individu se beheer self is of onder die beheer van betroubare ander persone (beheerbaar). Die werkseise sal ook emosioneel sin maak, wat uitdagings verteenwoordig wat die moeite werd is om na te streef (betekenisvol) (Strümpfer, 1990, p 270).

Die persoon met 'n sterk sin van koherensie sal dus gemotiveerd wees om komplekse take by die werk as uitdagings te beskou, struktuur daar te stel vir die hantering daarvan, en dan te soek vir die geskikte hulpbronne en strategieë om te gebruik in die situasie (Strümpfer, 1995 [manuskrip], p 7). Die vertroue sal dan bestaan dat prestasieuitkomste gunstig behoort te wees.

Antonovsky (1987a, pp 111-118) en Strümpfer (1990, pp 269-270) beweer dat sin van koherensie 'n aansienlike impak behoort te hê op hoe werk benader en uitgevoer word. Aangesien die volwassene die langste tyd van die dag by die werk deurbring, is dit 'n dominante bron van eksterne en interne stimulasie wat verstaan en hanteer moet word en 'n sekere mate van betekenisvolheid moet verseker (Strümpfer et al, 1991, p 3).

Die beskrywings van Antonovsky (1987c) van verstaanbaarheid (3.3.1), hanteerbaarheid (3.3.2) en betekenisvolheid (3.3.3) in die werkplek, kan as 'n goeie aanduiding dien vir 'n sterk sin van koherensie by die werk. Uit hierdie beskrywings blyk dit dat die werksomgewing ook so ingerig behoort te word dat dit die ontwikkeling van 'n sterk sin van koherensie aanmoedig, byvoorbeeld beskikbaarheid van hulpbronne, formele sosiale strukture wat die uitvoering van die werk ondersteun, ondersteunende informele sisteme, geleentheid vir die individu om homself te kan uitdruk, en intrinsieke sowel as ekstrasieke motiveringsmeganismes. Die drie kernkaraktertrekke vir die ontwikkeling van sin van koherensie, konsekwentheid, onderlading-oorladingbalans en deelname in besluitneming (3.5), kan ook by die inrig van 'n ondersteunende werksomgewing as riglyne dien.

3.7 SAMEVATTING

Hierdie hoofstuk bereik die navorsingsdoelstelling om 'n gedragsprofiel vir aanpassing, met verwysing na sin van koherensie as veranderlike in die navorsing, saam te stel. Sin van koherensie as oriëntasie tot aanpassing verskaf vir die individu die **wat** (begrip), **hoe** (hanteringsmeganismes) en die **waarom** (motivering), wat effektiewe fasilitering van stressituasies moontlik maak.

Die gedragsprofiel vir aanpassing behels in breed 'n selfversekerdheid en geloof dat die leefwêreld verstaanbaar is (kognitief sin maak), hanteerbaar is (hulpbronne en strategieë is beskikbaar) en dat die situasies wat hanteer moet word betekenisvol is (emosioneel sin maak). Vir doeleindes van die navorsing gaan die profiel van suksesvolle aanpassing, soos deur die sin van koherensie voorgestel is, as riglyn dien waarteen die individue wat deel van die integrasieproses vorm, ge-evalueer word. Sodoende kan die individue se ervaring van en aanpassing in die integrasieproses kwalitatief, aan die hand van die riglyne wat verskaf is vanuit sin van koherensie, ondersoek word, en aanbevelings daaruit gemaak word vir opleiding ten einde die individu beter toe te rus om die integrasieproses te hanteer.

Die metode wat gevolg word in die uitvoering van die navorsing, word in hoofstuk 5 verduidelik.

HOOFSTUK 4: EMPIRIESE EN FENOMENOLOGIESE ONDERSOEK

Hierdie hoofstuk het ten doel om die navorsingsmetode uiteen te sit, wat impliseer dat fase 2 van die navorsing betree word en die empiriese en fenomenologiese navorsingsvrae (1.2), beantwoord word.

Die verloop van die hoofstuk volg die stappe 1 tot 7 soos by fase 2 (1.8) uiteengesit is. Daar word eerstens verwys na die samestelling van die steekproef, waarna die lewensorientasie- vraelys (LOV) as psigometriese instrument, asook die rangskikking van individue op grond van die vraelys se resultate, behandel word. Daaropvolgend word die samestelling en toepassing van die gestruktureerde onderhoud uitgeklaar, waarna die analise en rapportering van data beskryf word.

4.1 STAP 1: BEPALING VAN DIE POPULASIE EN STEEKPROEF

Uit die populasie van 52 instrukteurs en toesighouers by Boksburg Detensiekaserne moes respondente getrek word vir die steekproef. Drie kriteria is gebruik waarvolgens die steekproef saamgestel is, naamlik: eerstens moes die individu direk blootgestel wees aan die integrasieproses en dus in staat wees om ervarings te deel in verband daarmee; tweedens moes die individu voldoen aan die behoefte van die navorsing, naamlik dat die persoon op gesigwaarde moes blyk om aan te pas of nie aan te pas nie (die maatskaplike werker van die eenheid se subjektiewe evaluering het in die verband as riglyn gedien, maar geensins vir die verdere verloop van die navorsing nie); en derdens moes die lede van die steekproef verteenwoordigend wees van die ouer lede van die gewese Suid-Afrikaanse Weermag asook die nuwe integrasielede.

Met die bogenoemde kriteria as vertrekpunt is die finale steekproef ($N = 16$) saamgestel, en die groep word vervolgens beskryf.

- Agt blanke mans, oud-Suid-Afrikaanse Weermaglede, waar hul dienstydpark wissel tussen twee jaar en tien jaar (gemiddelde gelyk aan 5,5 jaar). Agt swart mans, nuwe integrasielede, waar hul dienstydpark wissel vanaf nege maande tot een jaar en nege maande (gemiddelde gelyk aan een jaar).
- Die ouderdom van die steekproef van 16 het gewissel vanaf 21 tot 35 (gemiddelde gelyk aan 25,5 jaar).
- Vier lede beskik oor 'n standaard 8-kwalifikasie, drie oor 'n standaard 9-kwalifikasie en nege oor 'n standaard 10-kwalifikasie.
- Vyf lede is getroud terwyl die ander elf ongetroud is.
- Daar is een junior offisier, een weerman en verder veertien onderoffisiere.
- Ten tye van die ondersoek was tien lede inwonend op die basis en die ander ses het in hul eie akkommodasie buite die basis gebly.

Vir doeleindes van kwalitatiewe ontleding by stap 6 (analise van data) is die steekproef nog kleiner, aangesien daar salutogenies gefokus word op die individue wat beter aanpas en ook ontslae geraak word van 'n rigiede sin van koherensie- individu (3.6.2), asook lede wat nie duidelik gesorteer kan word in die groepering van aanpassing en nie-aanpassing nie.

4.2 STAP 2: KEUSE VAN PSIGOMETRIESE INSTRUMENT

Met die sin van koherensie as voorgestelde fokus ten opsigte van aanpassing vanuit die salutogeniese paradigma, was die lewensorientasievraelys (LOV) (Antonovsky, 1987a, pp 189-194) die logiese keuse. In 'n vergelyking tussen Ben-Sira se Potensieskaal en die LOV vraelys, wat soortgelyke salutogeniese konstrakte meet (2.3), stel Strümpfer (1990, p 272) voor dat navorsers die LOV-vraelys gebruik om salutogeniese kragte te bepaal.

Vervolgens word die LOV-vraelys bespreek in terme van rasionaal, ontwikkeling, beskrywing, administrasie, interpretasie, betroubaarheid, geldigheid en motivering vir insluiting.

4.2.1 RASIONAAL

Die LOV-vraelys is 'n selfrapporteringsinstrument wat gerig is op die bepaling van individuele tendense om suksesvolle aanpassingsmeganismes toe te pas, wat dus dui op gedrag wat 'n fisies en psigies gesonder lewe fasiliteer (Antonovsky, 1984a, p 117). Die vraelys is gekonstrueer met die doel om die salutogeniese konstruk, sin van koherensie, te meet, ten einde die hipotese te toets dat sin van koherensie oorsaaklik verwant is aan gesondheid (Antonovsky, 1987a, p 63).

Die LOV-vraelys word gebruik om te bepaal waar 'n persoon geleë is op die "ease/dis-ease"-kontinuum in terme van sin van koherensie (Antonovsky & Sagy, 1986, pp 214-216). Hoe hoër die sin van koherensie is, hoe meer geneig sal die persoon wees om sy/haar posisie op die "ease/dis-ease"-kontinuum te behou of dit te verbeter ten spyte van die alomteenwoordigheid van stresvolle omstandighede. 'n Persoon met 'n hoë telling op die LOV-vraelys behoort dus 'n stresvolle situasie as minder bedreigend te sien en minder angstig te ervaar.

4.2.2 ONTWIKKELING

Nadat sin van koherensie konseptueel gedefinieer is, het Antonovsky (1987a, pp 64-66) 'n loodsstudie uitgevoer ten einde 'n operasionele definisie en uitvoerbare instrument daar te stel. 51 Persone is betrek by die studie en daar is kwalitatiewe onderhoude met hulle gevoer in verband met hul lewenservaringe. Antonovsky se doel was om te bepaal waar die sterk en swak sin van koherensie verskil in terme van belewenis van die wêreld. Ten einde die doel te bereik is mense eerstens vir die steekproef geselekteer op grond van ernstige traumatiese gebeure wat onafwendbare gevolge ingehou het, en tweedens is daar gefokus op die kwalitatiewe verskille wat voorgekom het tussen die 16 persone wat geïdentifiseer is as persone wat goed gefunksioneer het en die 11 wat nie goed gefunksioneer het nie.

Aangesien die sin van koherensie 'n algemene oriëntasie tot die wêreld voorstel eerder as 'n respons tot 'n spesifieke situasie, was dit nodig om die vraelys so op te stel dat dit verwys na 'n wye verskeidenheid van stimuli of situasies (Antonovsky, 1987a, pp 75-76). Vir hierdie doel het Antonovsky "facet design" gebruik vir die ontwikkeling van die vraelys, waar fasette wat gemeet moet word, asook belangrike elemente daarvan, gespesifiseer word. 'n "Mapping sentence" wat die fasette en elemente voorstel, word dan gebruik waarvolgens die items van die vraelys saamgestel word.

Die sin van koherensie "mapping sentence" wat gebruik is deur Antonovsky (1987a, p 77) vir die ontwikkeling van die LOV-vraelys, lyk soos volg:

Respondent X responds to a(n) (1. instrumental 2. cognitive 3. affective) stimulus which has originated from (1. the internal 2. the external 3. both) environment(s) and which poses a(n) (1. concrete 2. diffuse 3. abstract) demand, the stimulus being in the (1. past 2. present 3. future) in response dimension.

Hierdie "mapping sentence" spreek dus die elemente aan (tussen hakies) van die stimulusfasette, modaliteit, bron, eis en tyd (Antonovsky, 1993, p 726). Elkeen van die items wat gestruktureer is volgens die genoemde "mapping sentence" word dan so geformuleer en gegroepeer om een van die drie komponente van sin van koherensie aan te spreek, naamlik verstaanbaarheid, hanteerbaarheid en betekenisvolheid (Antonovsky, 1987a, p 76).

4.2.3 BESKRYWING

Die LOV-vraelys bestaan uit 29 items wat beoordeel word op 'n sewe-punt skaal met twee geankerde stellings, waar die kandidaat evalueer watter geankerde stelling meer of minder beskrywend van hom/haarself is (Antonovsky, 1993, p 726).

Vervolgens word 'n voorbeeld gegee van 'n item op die vraelys (Antonovsky, 1987a, p 190):

1. When you talk to people, do you have the feeling that they don't understand you?

1	2	3	4	5	6	7
Never have						Always have
this feeling						this feeling

Daar kom drie konstrunkte voor waarin die items gekategoriseer word ten einde 'n gesamentlike somtotaal te verkry. Die konstrunkte is verstaanbaarheid (11 items), hanteerbaarheid (10 items), en betekenisvolheid (8 items) (Antonovsky, 1993, p 726).

4.2.4 ADMINISTRASIE

Die LOV-vraelys word deur die respondente self ingevul en kan in groepe of individueel afgeneem word (Antonovsky, 1993, p 726). Voordat die vraelys met die hand gemerk word, moet die antwoorde eers geïnspekteer word vir moontlike onbeantwoorde items of dubbelantwoorde. Die merk van die vraelys behels 'n eenvoudige klerklike proses, waar die rou tellings van elke item bymekaar getel word om die individu se tellings te verkry. Antonovsky wys daarop dat dertien van die items negatief geformuleer is (items 1, 4, 5, 6, 7, 11, 13, 14, 16, 20, 23, 25, en 27) en dit dus nodig is om die rou tellings eers om te swaai voordat opgetel word.

4.2.5 INTERPRETASIE

Die maksimumtelling wat behaal kan word is 203. Hoe hoër 'n individu se telling op die LOV-vraelys, hoe hoër bevind die persoon hom/haarself op die "health ease/dis-ease" kontinuum (nader aan die gesonde of optimale kant).

Die drie komponente van sin van koherensie is in werklikheid ineen geweef en word slegs vir analitiese doeleindes geskei. Teoreties kan 'n respondent lae waarde toon op een komponent en hoog op die ander, maar die ideaal is dat al drie komponente hoog moet wees ten einde 'n sterk sin van koherensie te verseker (Antonovsky, 1987a, p 20).

4.2.6 BETROUBAARHEID

'n Konstante hoë vlak van die **Cronbach alfakoëffisient** wat wissel tussen 0,84 en 0,93, wys daarop dat 'n aanvaarbare vlak van interne konstantheid en betroubaarheid voorkom vir die LOV-vraelys (Antonovsky, 1987a, p 82).

Antonovsky (1993, p 727) rapporteer dat die gemiddelde Cronbach alfa vir agt gepubliseerde studies 0,91 (0,86-0,95) is, vir drie verhandelings is dit 0,85 (0,82-0,86), en vir vyftien ongepubliseerde artikels is dit 0,88 (0,83-0,93). Antonovsky wys daarop dat 'n beduidende hoë interne konstantheid verkry is in 'n verskeidenheid van populasies, in verskillende tale en kulture.

Antonovsky (1993, p 727) verwys na verskeie **toets-hertoetsbetroubaarheidstudies** wat gedoen is. Twee groepe in Israel ($N = 639$ en $N = 228$) het na een jaar korrelasies getoon van 0,52 en 0,56, en na twee jaar was dit 0,54 en 0,55 ($N = 587$ en $N = 213$) onderskeidelik. 189 Amerikaanse mans (veterane) het na ses maande 'n korrelasie van 0,80 getoon. Israeliese mediese studente het na een jaar 'n gerapporteerde korrelasie van 0,76 getoon en 0,41 na twee jaar ($N = 33$). 'n Een jaar toets-hertoetskorrelasie van 0,78 is verkry by Amerikaanse fabriekswerkers, meestal vroue. 307 Amerikaanse kollege studente na twee weke het 0,91 gekorreleer. Ongepubliseerde data van 98 Duitse Sielkundestudente getoets na ses weke, $r = 0,80$, en Afrikanerboere en besigheidsmans, $r = 0,97$, na vyf weke.

4.2.7 GELDIGHEID

Die LOV-vraelys word gesien as geldig en verskeie empiriese studies wat gedoen is waar sin van koherensie in samehang met ander konstrakte, byvoorbeeld lewenssatisfaksie, werkstevredenheid, depressie, stres en lokus van kontrole gebruik is, het die stelling ondersteun (Antonovsky, 1987a, pp 82-83).

Die ontwikkeling van die vraelys deur die gebruik van fasetontwerp soos genoem by 4.2.2, asook die gebruik van addisionele deskundiges om by die fasetprofiel en finale 29 items uit te kom, verskaf aan die vraelys 'n mate van **inhoud- en gesigsgeldigheid** (Antonovsky, 1993, p 727).

In 1981, het Rumbaut (soos aangehaal deur Antonovsky, 1987a, pp 82-83) heeltemal onafhanklik van Antonovsky, 'n 22-item instrument ontwikkel wat dieselfde konsep meet as die LOV- vraelys. Hierdeur het dit dus moontlik geword om bewyse te kan lewer van **diskriminerende en kriteria geldigheid**. Rumbaut het in 1983 sy 22-item vraelys in 'n ondersoek afgeneem saam met die 29-item LOV-vraelys van Antonovsky en daar was 'n korrelasie van 0,64 tussen die twee instrumente. 'n Verdere ondersoek deur Dana et al (soos aangehaal deur Antonovsky 1987a, p 85), waar die sin van koherensieskale afgeneem is op 179 voorgraadse Sielkundestudente, het 'n korrelasie van 0,72 gekry tussen die 22-item en 29-item vraelyste. Uit hierdie inligting blyk dit dat die twee onafhanklik ontwikkelde instrumente 'n goeie korrelasie toon in die meting van dieselfde konstruk, wat die geldigheid van die LOV dus ondersteun.

In 'n groot hoeveelheid navorsing waarin Antonovsky se LOV-vraelys gebruik is, het dit sterk na vore getree dat die **kriteriaverwante en voorspellingsgeldigheid** van die instrument aanvaarbaar is (Antonovsky, 1987a, p 85). Strümpfer et al (1991, p 26) dui onder andere aan dat sin van koherensie korreleer negatief met depressie (-0,45), en positief met werkstevredenheid (0,38) en algemene lewenssatisfaksie (0,56). Carmel et al (1991, p 1093) dui 'n korrelasie aan by mans ten opsigte van psigologiese welstand (0,35) en fisiese welstand (0,26). In 'n studie deur Antonovsky en Sagy (1990, p 17) het die sin van koherensievraelys as die sterkste veranderlike na vore getree

met 'n korrelasie van 0,54 ten opsigte van algemene lewenssatisfaksie. In 'n studie oor werksfaktore wat gesondheid beïnvloed, deur Kalimo en Vuori (1991, p 107), het sin van koherensie die sterkste na vore getree uit verskeie veranderlikes as voorspeller van stres. In Antonovsky (1993, pp 728-729) word verwys na oor die sestig studies wat die LOV-vraelys se kriteriaverwante en voorspellingsgeldigheid verder bevestig.

4.2.8 MOTIVERING VIR INSLUITING

Antonovsky (1993, p 727) skryf dat die LOV-vraelys gebruik is op wyd uiteenlopende groepe, wat insluit tale soos Afrikaans, Tsjeggies, Nederlands (Vlaams), Engels, Fins, Duits, Hebreeus, Noorweegs, Romaans, Russies, Serbies, Spaans, Sweeds en Twana. In Antonovsky (1987a, p 79) word gemeld dat die vraelys kruiskultureel gebruik kan word. In hierdie ondersoek kan die aanname getoets word aangesien die steekproef uit 50% blank en 50% nie-blank bestaan. Omdat die steekproef nie groot genoeg is nie, word daar nie gepoog om gefundeerde bewyse te verskaf rakende kruiskulturele gebruik nie, maar bevindinge binne die steekproef word slegs weergegee.

Die LOV-vraelys van Antonovsky is die logiese keuse as psigometriese instrument vir die navorsing, aangesien dit die sentrale teoretiese konstruk (sin van koherensie) van die navorsing meet. Uit die verduideliking van die vraelys (ontwikkeling, beskrywing, interpretasie, betroubaarheid en geldigheid) behoort dit verder duidelik te word dat die LOV-vraelys 'n aanvaarbare instrument is om die vlak van sin van koherensie te bepaal.

4.3 STAP 3: AFNEEM VAN DIE PSIGOMETRIESE INSTRUMENT

In hierdie navorsing is die vraelys in groepsverband afgeneem. Dit impliseer eenmalige instruksies, invul en inhandiging in groepsverband binne dieselfde lokaal. Die groepsessie is gebruik as inleiding en verduideliking van die navorsingsprojek, sowel as die uitklaring van die proses van inligtinginsameling (vraelys en in-diepte-onderhoude). By die groepsessie is reeds gepoog om

rapport en vertrouwe te bewerkstellig deur beginsels soos anonimiteit, vertroulikheid, vrywillige deelname (Baker, 1994, pp 78-79) en belangrikheid van die navorsing te beklemtoon (Baker, 1994, pp 183-184).

Voordat oorgegaan is tot die invul van die vraelys, is vrese, vrae en onsekerhede oor die navorsing in geheel hanteer en uitgeklaar. Elke lid het die geleentheid gekry om 'n nommer uit 'n sakkie te trek (1-16), wat dan geskryf is bo-aan die vraelys. Dieselfde nommer is dan later gegee wanneer die onderhoud gevoer is, sodat die vraelys en die onderhoudresultate van dieselfde individu bymekaar geplaas kon word. Die instruksies is saam deurgewerk en 'n voorbeeld van hoe om die skaal in te vul is op 'n swartbord aangedui (Baker, 1994, p 184). Daar was geen tydsbeperking nie en individue is aangemoedig om al die vrae te beantwoord. Geleentheid vir vrae is gebied voordat begin is met die invul van die vraelys.

4.4 STAP 4: RANGSRIKING VAN INDIVIDUELE TELLINGS

Die vraelys (4.2) is in hierdie navorsing gebruik om te bepaal watter individue, in vergelyking met die res van die groep ($N = 16$), 'n sterker sin van koherensie toon. Daar is gepoog om met die hulp van die verkreeë tellings, die steekproef van 16 te verdeel in twee kleiner steekproewe, waar die een groep individue verteenwoordig wat beter aanpas, en die ander groep die wat nie-aanpas nie, vanuit 'n sin van koherensie-oogpunt.

Die kwalitatiewe onderhoud wat gebruik is om dieselfde konstrakte te meet as by die vraelys, is in samehang met die vraelys gebruik om die finale, kleiner steekproewe te bevestig (aanpassing teenoor nie-aanpassing). Die individue wat kwalitatief tekens getoon het van 'n valse of rigiede sin van koherensie (3.6.2), is nie as deel van die finale groepe geëvalueer nie. Dieselfde het gebeur met onseker of middellyngevalle. Die doel was om met twee duidelik onderskeibare groepe te werk sodat die kwalitatiewe resultate akkuraat en betroubaar kon wees.

Uit die aanvanklike steekproef van 16 is agt individue in die gemiddelde groep geplaas omrede daar nie kwalitatief duidelikheid was oor hul vlak van aanpassing volgens sin van koherensie nie. Verder is 'n negende persoon in die gemiddelde groep geplaas, aangesien sterk aanduiding van 'n rigiede of valse sin van koherensie (3.6.2) na vore gekom het. Die groepe wat dus oorgebly het vir kwalitatiewe ontleding was vier nie-aanpassers en drie aanpassers, met verwysing na sin van koherensie. Alhoewel die groepe aansienlik kleiner was as die aanvanklike steekproef, lê die voordeel daarin dat die gevalle redelik duidelik gesorteer is binne elk van die groepe, wat beteken het dat, in samehang met die vraelysbevindinge, beter kwaliteit interpretasies en gevolgtrekkings gemaak kon word.

4.5 STAP 5: SAMESTELLING VAN DIE KWALITATIEWE ONDERHOUD

Met hierdie stap word die kern van die praktiese navorsing betree, naamlik fenomenologiese navorsing (1.5.2.3). Aangesien die onderhoud, wat deel uitmaak van die kwalitatiewe bestudering van gedrag, nie gewoonlik vooraf resultate het waarteen betroubaarheid en geldigheid gemeet kan word nie, word baie klem gelê op die korrekte ontwikkeling, toepassing en interpretasie ten opsigte van die onderhoud. Die gestruktureerde onderhoude word vervolgens bespreek in terme van rasionaal, ontwikkeling, beskrywing, administrasie, interpretasie, betroubaarheid, geldigheid en motivering vir insluiting.

4.5.1 RASIONAAL

Kwalitatiewe ontledings het 'n sentrale rol gespeel in die ontwikkeling van die sin van koherensiekonsep met die drie komponente en die LOV-vraelys, waar kwalitatief onderskeid getref is tussen twee groepe wat verdeel is in aanpassers en nie-aanpassers (Antonovsky, 1987a, p 16). 'n Soortgelyke werkswyse is gevolg in die uitvoering van die navorsing, waar die kwalitatiewe onderhoud 'n sentrale rol gespeel het. Die onderhoud was so saamgestel dat individue se belewenis van die integrasieproses bepaal kon word en dit dan kwalitatief geëvalueer kon word aan die hand van sin van koherensie.

4.5.2 ONTWIKKELING

By die ontwikkeling en samestelling van die onderhoud was dit belangrik dat die regte vrae gevra word ten einde die doelstellings van die navorsing te kon bereik (Baker, 1994, p 192). Dit beteken dat die vrae versigtig deurdink moes word om vas te stel watter betekenis vrae vir ander kon inhou, en dus moes vrae duidelik en verstaanbaar wees ten einde sinvolle antwoorde te kon verkry vanaf verskillende respondente. Vir dié ondersoek was dit dus belangrik dat duidelik verstaanbare vrae gestel word, wat dieselfde is vir elke respondent, ten einde individue se kwalitatiewe belewenis vas te stel rakende die integrasieproses waaraan hul bloodgestel is. Dit moes vir die navorser (onderhoudvoerder) moontlik wees om die belewenis te meet aan die hand van die sin van koherensie. Riesman (soos aangehaal deur Baker, 1994, p 193) beskryf die ideale onderhoudvoerder as die persoon wat die gestandaardiseerde vraelys kan aanpas tot die ongestandaardiseerde respondent. Ten einde hierdie doel te kan nastreef verskaf Baker (1994, pp 189-192) 'n paar **beginsels** wat in gedagte gehou moet word **by die ontwikkeling van die onderhoud.**

- Vrae moet so gestruktureer word dat die bewoording daarvan duidelik en neutraal is, sodat die response 100% natuurlik vanaf die respondent verkry en neergeskryf kan word.
- Die vrae moet so georden word dat dit 'n logiese en vloeiende effek het op die gesprek wat plaasvind binne die onderhoudsverband.
- Die gebruik van oop en geslote vrae moet versigtig aangewend word.
- Die regte vrae moet gevra word om die navorser in staat te stel om data sinvol by die navorsingsdoelstellings uit te bring. Baker (1994, p 45) beweer dat dit belangrik is dat die teorie (sin van koherensie) gekoppel word aan die insameling van data en gevolglik die ontwikkeling van die onderhoudformaat.

Met hierdie beginsels in gedagte, is die onderhoud so gestruktureer dat elke respondent dieselfde proses kon volg. Die onderhoud is ook so gestruktureer dat komponente van die sin van koherensie op meer as een plek en wyse geëvalueer kon word. Die **struktureringsproses van die onderhoud** het dus soos volg plaasgevind:

- (a) Die verloop van die onderhoud is uitgelê, waar die breë punte wat aangespreek moes word, bekendstelling, integrasie oor die algemeen, verstaanbaarheid, hanteerbaarheid, betekenisvolheid, en weerstandshulpbronne was.
- (b) Die bekendstelling behels 'n kombinasie van oop en geslote vrae (ongestruktureerd) ten einde agtergrondinligting te bekom rakende die individu. Behalwe vir die bekendstelling was die onderhoud verder gestruktureerd.
- (c) Om integrasie oor die algemeen te evalueer, is met drie oop vrae ingelei wat basies die individu se breë ervaring, hantering en invloed van die integrasie aanspreek.
- (d) Saam met die oop vraag om ervaring te bepaal, is 'n kontrolelys opgestel wat die onderhoudvoerder gebruik het om dieselfde elemente te identifiseer waarvolgens die LOV-vraelys opgestel is (modaliteit, bron, eise, en tyd).
- (e) Met die hanteringsvraag het die onderhoudvoerder die inligting onder aksies en resultate gegroepeer.
- (f) By die beïnvloedingvraag het die onderhoudvoerder die inligting onder verlede, hede en toekoms gegroepeer.
- (g) Verstaanbaarheid, hanteerbaarheid en betekenisvolheid is elk ingelei met 'n oop besprekingsvraag. Elk van die drie komponente was gekontroleer deur twee vrae te vrae soos dit verskyn op die LOV-vraelys (4-punt skaal en kwalitatief).

- (h) Met die laaste vraag is vasgestel wat die spesifieke, bewuste hulpbronne is waarvan die individu oor die algemeen gebruik maak tydens aanpassing.
- (I) Die onderhoud is afgesluit deur om die respondent te bedank vir sy betrokkenheid, en kortliks in te lig ten opsigte van die navorsingsproses wat sou volg.

4.5.3 BESKRYWING

By 4.5.2 is die proses wat gevolg is om die onderhoud te struktureer verduidelik. Ten einde 'n beskrywing te gee van die onderhoudformaat wat gebruik is, word die **finale struktuur van die onderhoud** vervolgens uiteengesit:

- (i) Opening en bekendstelling.
- (ii) Hoe ervaar jy die integrasie ?
-
- * Kontrolelys: - *Reageer tot 'n (instrumentele, kognitiewe, affektiewe) stimulus.*
- *Stimulus se oorsprong is geleë in (interne, eksterne, beide) omgewing.*
- *Stimulus besit 'n (konkrete, diffuse, abstrakte) eis.*
- *Stimulus is in die (verlede, hede, toekoms).*
- (iii) Hoe hanteer jy die integrasie ?
-
- * Fokus areas: - *Aksies.*
- *Resultate van aksies.*
- (iv) Hoe beïnvloed die integrasie jou lewe ?
-
- * Fokus areas: - *Verlede.*
- *Hede.*
- *Toekoms.*

(v) Is die integrasieproses verstaanbaar ?

.....

(v) 1. Kry jy die gevoel dat jy in 'n onbekende situasie is en nie weet wat om te doen nie ?

.....

* Skaal: 1-2-3-4

(v) 2. Kry jy die gevoel dat jy nie presies weet wat in die onmiddellike toekoms gaan gebeur nie?

.....

* Skaal: 1-2-3-4

(vi) Dink jy die integrasieproses kan verbeter ?

.....

Kan jy 'n verskil maak ? (Hanteerbaarheid)

.....

(vi) 1. Dink jy dat daar in die toekoms altyd mense sal wees op wie jy sal kan staat maak ?

.....

* Skaal: 1-2-3-4

(vi) 2. Wanneer jy dink aan probleme wat jy moontlik sal teëkom wat belangrike aspekte van jou lewe raak, kry jy die gevoel dat jy die probleme altyd suksesvol sal kan hanteer ?

.....

* Skaal: 1-2-3-4

(vii) Maak die integrasieproses vir jou sin ? (Betekenisvolheid)

.....

(vii) 1. Ervaar jy die lewe as interessant ?

.....

* Skaal: 1-2-3-4

(vii) 2. Wanneer jy aan die lewe dink, dink jy dikwels hoe goed dit is om te lewe ?

.....

* Skaal: 1-2-3-4

(viii) Wie of wat beïnvloed jou om aan te pas by alles wat met jou gebeur ?

* Fokus areas: *Wie.*

Wat.

(ix) Afsluiting.

Uit die aard van die saak was daar in die werklike onderhoudsituasie meer spasie tussen vrae oopgelaat vir die onderhoudvoerder om volledige aantekeninge te kon maak.

4.5.4 ADMINISTRASIE

Baker (1994, p 193) beskryf die kuns van onderhoudvoering as die vermoë om 'n tweerigtinggesprek onder veranderende omstandighede te kan hanteer, sonder om die sentrale betekenis van die ondersoek in enige van die omstandighede te verloor en neutraal binne die onderhoud te staan.

Die basiese hulpverleningsvaardighede soos empatie, positiewe agting, respek, warmte, konkreetheid, en egtheid (A.E. Ivey, M.B. Ivey, & Simek-Downing, 1987, p 105), is belangrik ten einde die regte klimaat vir samewerking en vertroue daar te stel (Johnson, 1981, p 50). Die vertroue wat daar geskep word by die individu in die navorsingsproses kan 'n waardevolle bydrae lewer tot die sukses van die studie (Baker, 1994, p 82). In die openingsfase is dit nodig dat die beginsels van anonimiteit, vertroulikheid en vrywillige deelname (Baker, 1994, pp 78-79) uitgeklaar word. Die doel en die verloop van die onderhoud word ook verduidelik, waarna onsekerhede hanteer word wat die onderhoudsproses moontlik kan beïnvloed.

Dit is belangrik om deurlopend luistervaardighede effektief toe te pas en te fokus op die individu se persoonlike ervarings, houdings en belewenis van die wêreld (Baker, 1994, p 194), met spesifieke verwysing na die integrasieproses. Baker sê verder dat die skep van 'n gemaklike atmosfeer belangrik is, maar dit moet nie van so 'n aard wees dat belangrike vrae of punte gemis word nie. Die hantering van die onderhoud moet nie-bedreigend wees (Baker, 1994, p 191) en

konstant toegepas word by elke respondent. Converse en Schuman (1974, p 50) stel die volgende response voor:

- Kan jy my meer vertel ? (Om addisionele inligting te bekom)
- Wat bedoel jy spesifiek ? (Om duidelikheid te verkry)
- Waarom sal jy sê voel jy so ? ('n Uitbreiding van 'n gegewe antwoord)

Wanneer die onderhoud 'n aanvang geneem het behoort dit voltooi te word, sodat die proses, klimaat en aandag nie verbreek word nie (Baker, 1994, pp 195-196). Daar moet gepoog word om die onderhoud op 'n positiewe noot af te sluit, sodat die respondent nie met negatiewe gevoelens uit die onderhoud stap nie. Die respondent word bedank vir sy samewerking en deelname en word 'n basiese idee gegee van wat met die data gaan gebeur en hoe dit gebruik gaan word.

4.5.5 INTERPRETASIE

In navorsing word daarna gestreef om waargenome verskynsels te verstaan; daar word gepoog om patrone in beskikbare inligting, en assosiasies wat tussen veranderlikes voorkom, te ontdek (Baker, 1994, p 44). Daar word ook verder gepoog om vas te stel hoe verandering in een veranderlike die verandering in 'n ander veranderlike beïnvloed. Meer spesifiek word verwys na 'n spesifieke onafhanklike veranderlike wat die afhanklike veranderlike beïnvloed (Huysamen, 1993, p 24). Vir doeleindes van die navorsing word daar dus geëvalueer hoe die sin van koherensie-oriëntasie (afhanklike veranderlike) aanpassing fasiliteer onder druk van die integrasieproses (onafhanklike veranderlike).

By die interpretasie van die inligting word daar kwalitatief binne die breë eienskappe van sosiale navorsing gewerk (Baker, 1994, pp 34-35). Eerstens word sin verkry vanaf die data wat beskikbaar is, waar verwantskappe en patrone van ervarings, gevoelens en gedrag uitgeklaar en verstaan moet word. Tweedens moet onderskeid getref word tussen die twee geïdentifiseerde groepe (aanpassing en nie-aanpassing) ten einde te kan vasstel watter faktore daartoe aanleiding gee dat sekere individue beter aanpas binne die integrasie as ander. Derdens is dit nodig om die interpretasies by beide die vorige twee stappe te koppel aan die bestaande konsepte en teorie rakende sin van koherensie soos wat dit in hoofstuk 3 uiteengesit is.

Die rou data wat verkry is in die onderhoud is onderwerp aan die drie fases van interpretasie soos in die vorige paragraaf aangedui is. Baker (1994, p 44) beweer dat die kuns by interpretasie daarin lê dat daar beweeg word vanaf waarnemings na begrip deur die gebruik van rasonale verduidelikings. Dit wil sê die onderhoudvoerder is nie slegs 'n waarnemer en afnemer van inligting nie, maar moet logika en rasonale denke toepas ten einde waarnemings te verstaan.

4.5.6 BETROUBAARHEID

Aangesien hier van 'n onderhoud sprake is wat die individu se subjektiewe beleweniswêreld evalueer deur middel van bespreking, maak dit betroubaarheid in die wetenskaplike sin (Baker, 1994, p 127) meer kompleks. Die toepassing van 'n goed voorafbeplande werkswyse vergemaklik egter die taak.

Vir die ondersoek was dit belangrik dat 'n gestandaardiseerde werkswyse konsekwent toegepas word van respondent tot respondent ($N = 16$), sodat evaluering tussen individue op 'n konstante basis kon plaasvind. Dit is om hierdie rede dat 'n gestruktureerde onderhoudproses gevolg is met soortgelyke onderhoudvoerderresponse en hantering van elke individu. Converse en Schuman (1974, p 30) skryf dat die onderhoudvoerder beide menslik (warm verhoudinge) en 'n tegnikus (gebruik standaard tegnieke en dieselfde instrument vir elke onderhoud) moet kan wees.

Goeie voorbereiding en begrip vir die proses wat gevolg moes word, asook kennis van die onderliggende konstruk (sin van koherensie) wat gemeet is, was belangrik (Baker, 1994, p 194). Die onderhoudsproses is ook vooraf ingeoefen (Baker, 1994, p 195).

4.5.7 GELDIGHEID

Vir die onderhoud om geldig te kon wees in die navorsing, was dit nodig dat die sin van koherensiekonsep daardeur gemeet moet word (Baker, 1994, p 122). Die regte vrae moes gevolglik in die onderhoud gevra word (Baker, 1994, p 192).

Geldigheid was in die onderhoud verkry deur 'n intensiewe literatuuroorsig rakende die sin van koherensie (hoofstuk 3), wat die opstel van die onderhoud vooraf gegaan het. Hier is dus sprake van inhouds- en gesigsgeldigheid aangesien die onderhoud ontwikkel is aan die hand van 'n bestaande teorie en 'n instrument wat reeds empiries goeie resultate opgelewer het. Om verder geldigheid te verseker is kontroles in die onderhoud ingebou vanuit die sin van koherensievraelys en die kwalitatiewe resultate van die onderhoud is bevestig deur dit te vergelyk met die vraelystellings.

4.5.8 MOTIVERING VIR INSLUITING

Antonovsky en Bernstein (1981, p 65) maak die gevolgtrekking dat gesofistikeerde statistiese metodes dit moeilik maak om 'n in-diepte, kwalitatiewe studie te maak van suksesvolle aanpassers. In DeBruyn en Wagenfeld (1993, p 11) en Strümpfer (1995, p 24) word aanvullend beweer dat van kwalitatiewe metodes gebruik gemaak moet word ten einde individue se subjektiewe ervaring en oriëntasie tot die lewe te evalueer en te verstaan.

Daar moes opgelet word of die individu nie 'n valse of rigiede sin van koherensie aangehang het nie (3.6.2). Hierdie verskynsel word beter kwalitatief bepaal (Antonovsky, 1987a, pp 24-26).

4.6 STAP 6: TOEPASSING VAN DIE KWALITATIEWE ONDERHOUD

'n Kwalitatiewe evaluering is gedoen met die hulp van onderhoude, ten einde vas te stel hoekom sekere individue beter aanpas as ander ten opsigte van sin van koherensie. Tydens die proses was die aanvanklike beskrywing gegee deur 'n naïwe respondent binne die alledaagse wêreld (leefwêreld, logiese perspektief), en die analise van die navorser transformeer die data in psigologiese (wetenskaplike) uitdrukkings (Semin & Gergen, 1990, p 65).

Uit die aard van die tipe werkeenheid (detensiekaserne), gekombineer met die sensitiwiteit van die integrasieproses en van rasionalisering (SANW) in die nabye toekoms, was dit nie moontlik om gebruik te maak van 'n bandopnemer sonder om die risiko te loop om die onderhoudsklimaat nadelig te beïnvloed nie. Dit was dus nodig om genoeg tyd vir die onderhoude toe te laat (ten minste twee uur per individu), en om volledige aantekeninge te maak van die rou data net soos wat dit weergegee is. Die onderhoud (4.5.3) was ook so gestruktureer dat voldoende kontroles bestaan ten opsigte van sin van koherensie en die komponente daarvan.

Die onderhoud is konstant toegepas volgens die fenomenologiese riglyne (4.5.4) ten einde betroubaarheid en geldigheid te verseker.

4.7. STAP 7: ANALISE EN RAPPORTERING VAN DATA

Die data wat verkry is uit die onderhoud, is ontleed aan die hand van die proses wat in 4.4.5 (interpretasie) uiteengesit is. Primêr is gefokus op die verskil tussen die individue wat beter aanpas as andere, om sodoende patrone of assosiasies te identifiseer wat beter aanpassing fasiliteer vanuit die sin van koherensiedefinisie, deur gebruik te maak van kwalitatiewe ontleding.

Ter ondersteuning en bevestiging van die kwalitatiewe resultate, is die vraelysresultate deur middel van nie-parametriese (statistiese metodes vir onder andere kleiner steekproewe) ontleed. Hierdie inligting kon nie gebruik word om statisties beduidende gevolgtrekkings te maak nie, maar is aanvullend gebruik om rigting en sterkte aan te dui ten opsigte van sin van koherensie en vir bevestiging van kwalitatiewe resultate. Vervolgens word die kwantitatiewe metodes vir analise in die studie bespreek, gevolg deur die kwalitatiewe metodes.

4.7.1 KWANTITATIEWE ANALISE

Die **Cronbach alfabetroubaarheidkoeffisiënt** is gebruik om die interne konstantheid van items in die vraelys te bepaal vir die steekproef van respondente wat die vraelys voltooi het (SPSS, release 6.0, 1994). Dit wil sê daar is bepaal tot watter mate die items in die vraelys homogeen dieselfde konstruk meet. Die Cronbachwaarde kan wissel van 0 tot 1, waar 'n negatiewe waarde vir die alfa 'n aanduiding sal wees dat items op die skaal negatief korreleer. Hoe nader die waarde aan 1 is, hoe beter is die interne konstantheid (betroubaarheid).

Vir doeleindes van die kwantitatiewe statistiese verwerkings van die vraelysdata, is daar in die navorsing gebruik gemaak van **nie-parametriese statistieke**. Parametriese statistiek werk hoofsaaklik met data op interval- en ratiovlak, terwyl nie-parametriese statistiek meer te doen het met nominale en ordinale data (Ferguson, 1981, p 398). Nie-parametriese toetse word ook beskryf as distribusievrye toetse, wat impliseer dat dit vry of onafhanklik van die populasiedistribusie se eienskappe toegepas kan word. Dit kan dus aangewend word vir kleiner steekproewe waar die verspreiding van die steekproef nie noodwendig normaal is nie.

Die eerste nie-parametriese toets wat gebruik is, was die **Mann-Whitney U-toets** wat gebruik word indien twee onafhanklike steekproewe vanaf dieselfde populasie afkomstig is (SPSS, 1994). Die toets bepaal die beduidende verskille tussen die som van rangwaardes van die betrokke gevalle. Die tweede statistiese toets wat gebruik was is die **Kruskal-Wallis een-rigting Anova**.

Hierdie toets bepaal of k onafhanklike steekproewe (meer as twee subgroeperings) afkomstig is vanaf dieselfde populasie (SPSS, 1994). Dit is die nie-parametriese ekwivalent van die eenrigting analise van variansie. Die eenrigting analise waarna verwys word in sy eenvoudigste vorm, word basies gebruik om te toets vir beduidendheid van die verskille tussen die gemiddeldes van 'n paar verskillende populasies (Ferguson, 1981, p 234). Nie-parametries word daar, in plaas van gemiddeldes, gekyk na die verskille in mediaanwaardes (Ferguson, 1981, p 402).

Vir die bepaling van korrelasies is gebruik gemaak van die **Spearman korrelasiekoeffisiënt** (nie-parametriese koeffisiënt) (SPSS, 1994). Hierdie koeffisiënt is gelykstaande aan 'n rang-toekenningsmetode en neem beide die verskil tussen range en die graad van verskille in ag.

Die Spearman korrelasiekoeffisiënt is in die navorsing vir 'n **nie-gekorrigeerde item-totaalkorrelasie** asook 'n **gekorrigeerde item-totaalkorrelasie** bereken (DeVellis, 1991, p 82). 'n Item-totaalkorrelasie bepaal of elke item korreleer met die totaal van die res van die items. Die nie-gekorrigeerde item-totaalkorrelasie dui op die korrelasie van die item (subkonstruk) met die somtotaal van die res van die items (totaaltelling), insluitend die item (subkonstruk) self, terwyl die gekorrigeerde item-totaal korrelasie dieselfde korrelasie bepaal, maar met uitsluiting van die item (subkonstruk) self.

Verder is biografiese inligting by die nie-parametriese metodes gebruik ten einde vas te stel of daar nie steuringsveranderlikes was wat dalk as gevolg van die samestelling van die steekproef, die resultate kon beïnvloed nie. Die kruiskulturele gebruik van die LOV-vraelys binne die navorsing is hierdeur nagevors, aangesien die steekproef verdeel was in twee duidelik onderskeibare rasse-groepe.

4.7.2 KWALITATIEWE ANALISE

Die **kwalitatiewe analiseproses van Miles en Huberman** (1994, pp 10-12) is gebruik as riglyn waarvolgens die kwalitatiewe data geanaliseer is. Die proses hou drie fases voor, naamlik eerstens datavermindering, tweedens datavertoning (rapportering), en laastens gevolgtrekkings en bevestiging (bespreking).

Datavermindering dui op die proses waar die veldnotas (roudata) getransformeer word na 'n transkripsiesamevatting deur gebruik te maak van seleksie, fokus en vereenvoudiging (Miles & Huberman, 1994, p 10). Datatransformering is gevolglik gedoen deur die identifisering van temas, groepering van data en die skryf van opsommings.

Miles en Huberman (1994, p 11) beskryf data vermindering soos volg:

Data reduction is a form of analysis that sharpens, sorts, focuses, discards, and organizes data in such a way that 'final' conclusions can be drawn and verified.

In hoofstuk 5 word **data vertoon** wat verkry is uit 'n uitgebreide inhoudbeskrywing (Miles & Huberman, 1994, p 11) onder die opskrif "Rapportering". Interpretasie en bespreking van gerapporteerde data vind ook plaas. Die **gevolgtrekkings** van die data volg in hoofstuk 6. **Bevestiging van data** is gedoen deur gebruik te maak van die model wat deur Miles en Huberman (1994, p 41) voorgestel word, waar kwalitatiewe en kwantitatiewe data aan mekaar gekoppel word ten einde, eerstens bevestiging te verkry deur triangulasie (kombinering van kwalitatiewe en kwantitatiewe data), tweedens om die analise so uit te brei dat duideliker en beter kwaliteit resultate verkry kan word, en derdens om nuwe idees en denke deur paradokse te verseker. Hierdie bevestiging van data deur die koppeling van kwantitatiewe en kwalitatiewe data het by die analise van data 'n waardevolle bydrae gelewer ten opsigte van interpretasies, validering en uitklaring van resultate, sowel as die versterking en hersiening van teorie soos dit deur Miles en Huberman aangedui is. In dié ondersoek word die vraeysresultate (kwantitatief) dus ondersteunend gesien ten opsigte van die onderhoudresultate (kwalitatief).

Die navorsing steun primêr op kwalitatief gefundeerde gevolgtrekkings, gegrond op fenomenologiese wetenskaplike beginsels. Dit is dus belangrik om daarop te let dat die verwerkings wat gedoen is op grond van die vraelys aanvullend was tot die kwalitatiewe data, en van toepassing is op die steekproef vir die navorsing ($N = 16$). Die steekproef is te klein om statisties betroubare resultate daar te stel.

4.8 SAMEVATTING

In hierdie hoofstuk is die navorsingmetode wat vir die ondersoek gevolg is, volgens spesifieke stappe uiteengesit. Hoofstuk 5 behandel vervolgens die resultate wat voortgespruit het uit die genoemde navorsingsmetode, wat ten doel het om die empiriese en fenomenologiese navorsingsdoelstellings (1.3.2) te bereik.

HOOFSTUK 5: RESULTATE

In hierdie hoofstuk word die empiriese en fenomenologiese navorsingsvrae (1.2) beantwoord. Empiries het die hoofstuk ten doel om met die gebruik van die LOV-vraelys, kwantitatiewe verskille aan te dui tussen individue met bo- en ondergemiddelde sin van koherensietellings. Fenomenologies het die hoofstuk ten doel om op grond van data wat verkry is uit die kwalitatiewe onderhoude, aan te dui watter faktore bydra dat sekere individue beter aanpas binne die integrasieproses as andere, met verwysing na sin van koherensie.

In die eerste gedeelte van hierdie hoofstuk word vraelysresultate gerapporteer en bespreek. Dit word gedoen deur eerstens die invloed van biografiese veranderlikes op vraelystellings aan te dui. Korrelasies tussen die komponente van sin van koherensie en totaalstelling word verder aangetoon, waarna verskille tussen bo- en ondergemiddelde sin van koherensietellings behandel word.

In die tweede gedeelte van die hoofstuk word resultate wat verkry is uit die kwalitatiewe onderhoude gerapporteer en bespreek. 'n Beskrywing van individuele sin van koherensie- profiele word gebied, gevolg deur resultate ten opsigte van verstaanbaarheid, hanteerbaarheid, betekenisvolheid, itemelemente en hulpbronne.

Laastens word kwantitatiewe en kwalitatiewe resultate geïntegreer en bespreek, wat ook sal dien as riglyn vir die beantwoording van die laaste navorsingsvraag in hoofstuk 6.

5.1 LEWENSORIËNTASIEVRAELYS

'n Cronbach alfa van 0,84 is verkry, wat daarop dui dat die items van die vraelys homogeen dieselfde konsep (sin van koherensie) meet, en dus dui op goeie interne konsekwentheid en betroubaarheid. Vir die betrokke steekproef ($N = 16$) kan die resultate dus waardevol gebruik word as ondersteuning vir die kwalitatiewe bestudering van sin van koherensie.

Eerstens word gekyk na die invloed van biografiese faktore op die resultate. Tweedens word bepaal wat die korrelasies is tussen verstaanbaarheid, hanteerbaarheid en betekenisvolheid en die totaalstelling van sin van koherensie. Derdens word vasgestel of daar beduidende verskille voorgekom het in vraelysresultate tussen bo- en ondergemiddelde sin van koherensie, ten opsigte van die komponente en die elemente van die fasette (modaliteit, bron, eise en tyd) soos deur die vraelysitems getoets word. Laastens word 'n ontleding gedoen van hoe spesifieke items beantwoord is, en wat die verskille is tussen bo- en ondergemiddelde sin van koherensie.

5.1.1 BEDUIDENDHEID VAN BIOGRAFIESE VERANDERLIKES

Vervolgens word die vraelysresultate gerapporteer en daarna bespreek.

(a) Rapportering

Biografiese veranderlikes wat in berekening gebring is, was ouderdom, opvoedingsvlak, ras, rangvlak, dienstydperk, huwelikstatus, in-of uitwonend, en oud-Suid-Afrikaanse Weermaglid of nuwe integrasie-lid. Geen beduidende verskille is verkry in gesommeerde rangtellings (Mann-Whitney U) of in mediaanwaardes (Kruskal-Wallis) as gevolg van subgroepeerings volgens die genoemde biografiese veranderlikes nie.

Tabel 5.1 dui die beduidendheidsvlakke aan van die biografiese veranderlikes, ouderdom (verskille in gesommeerde rangwaardes) en opvoedingsvlak (verskille in mediaanwaardes), in terme van die elementtellings van die fasette (modaliteit, bron, eise en tyd) waarvolgens die items van die sin van koherensievraelys ontwikkel is (4.2.2). Ouderdom en opvoedingsvlak was die enigste van die biografiese veranderlikes wat enigsins beduidende verskille opgelewer het volgens die statistiese berekeninge. Dit is om hierdie rede dat dit die enigste biografiese veranderlikes is wat in tabel 5.1 saamgevat word.

Tabel 5.1 Verskille ten opsigte van ouderdom en opvoedingsvlak

	OUERDOM	OPVOEDINGSVLAK
Instrumenteel	0,1669	0,4269
Kognitief	1,0000	0,1428
Affektief	0,6711	0,3216
Intern	0,5947	0,1748
Ekstern	0,2432	0,7118
Intern en Ekstern	0,5584	0,2180
Konkreet	0,3128	0,3434
Diffuus	0,0899 *	0,8548
Abstrak	0,8728	0,0900 *
Verlede	0,7102	0,2293
Hede	0,3404	0,3775
Toekoms	0,0438 **	0,6546

* Beduidend op 'n 10% peil van betekenisvolheid ($p < 0,1$)

** Beduidend op 'n 5% peil van betekenisvolheid ($p < 0,05$)

(b) **Bespreking**

Uit die gerapporteerde data ten opsigte van die biografiese veranderlikes, kan gemeld word dat verskille in ouderdom, ras, huwelikstatus, inwoning, kwalifikasie, rangvlak, dienstydpark en nuwe integrasie-lid, nie beduidend die resultate van die vraelys (komponente en totaaltelling) beïnvloed het nie.

Dit is dus nie nodig om by die kwalitatiewe ontleding onderskeid te tref tussen verskillende groeperings nie. Dit impliseer dat die individue van die steekproef as een groep verdeel kan

word in aanpassing en nie-aanpassing vanuit sin van koherensie, en daar slegs gefokus word op die verskil in sin van koherensie-eienskappe tussen die twee groeperings. Alhoewel die steekproef nie groot is nie, verteenwoordig dit twee wyd uiteenlopende groepe (agt blanke, oud-Suid-Afrikaanse Weermaglede teenoor agt swart, nuwe integrasielede), en sluit die resulate aan by Antonovsky (1987a, p 79) se bewering dat die instrument kruiskultureel gebruik kan word. Daar het intendeel groter verskille voorgekom tussen ouderdomsvlak en opvoedingsvlak as by ras.

In tabel 5.1 kan gesien word, deur middel van 'n meer gedetailleerde ontleding, wat die rol van ouderdom en opvoedingsvlak was in terme van die itemelemente van die LOV-vraelys. Die enigste beduidende verskille wat na vore getree het, was by ouderdom ten opsigte van die hantering van 'n stimulus wat 'n diffuse eis stel ($p < 0,1$) asook eise wat in die toekoms geleë is ($p < 0,05$), en by opvoedingsvlak rakende die hantering van stimulus wat 'n abstrakte eis stel ($p < 0,1$). Hieruit blyk dit dat die ouer lede van die betrokke studiegroep probleme wat 'n diffuse (onduidelike) eis stel, beter hanteer as jonger lede. Dit blyk ook of die ouer lede die toekoms as minder bedreigend ervaar as die jonger lede. Verder wil dit voorkom of persone met 'n hoër opvoedingsvlak abstrakte eise beter kan hanteer.

5.1.2 KORRELASIES TUSSEN KOMPONENTE EN TOTAALTELLINGS

Vervolgens word die korrelasies wat verkry is tussen verstaanbaarheid, hanteerbaarheid en betekenisvolheid onderskeidelik met die totaalstelling van sin van koherensie, eerstens gerapporteer en dan daarna bespreek.

(a) Rapportering

Tabel 5.2 dui op korrelasies wat verkry is tussen die drie komponente onderskeidelik, en die totaalstelling, deur die gebruik van die Spearman korrelasiekoëffisiënt (nie-gecorrigeerde item-totaalkorrelasie). Tabel 5.3 dui op dieselfde korrelasievergelykings wat gedoen is volgens die gekorrigeerde item-totaalkorrelasie.

Tabel 5.2 Korrelasies tussen die komponente van sin van koherensie en totaalstelling (nie-gekorregerde item-totaalkorrelasie)

	VERSTAAN- BAARHEID	HANTEER- BAARHEID	BETEKENIS- VOLHIED
SIN VAN KOHE- RENSIETOTAAL	0,6127 **	0,7791 ***	0,8563 ***

Tabel 5.3 Korrelasies tussen die komponente van sin van koherensie en totaalstelling (gekorregerde item-totaalkorrelasie)

	VERSTAAN- BAARHEID	HANTEER- BAARHEID	BETEKENIS- VOLHEID
SIN VAN KOHE- RENSIE TOTAAL	0,2910	0,4624 *	0,5641 **

* Beduidend op 'n 10% peil van betekenisvolheid ($p < 0,1$)

** Beduidend op 'n 5% peil van betekenisvolheid ($p < 0,05$)

*** Beduidend op 'n 1% peil van betekenisvolheid ($p < 0,01$)

(b) **Bespreking**

Uit die resultate blyk dit dat daar aansienlike verskille voorkom tussen die resultate van die gekorregerde en nie-gekorregerde item-totaalkorrelasies. Die resultaat is eintlik volgens verwagting aangesien die nie-gekorregerde item-totaalkorrelasie die betrokke konstruk met homself korreleer, waar die konstruk self deel vorm van die totaal. Die belangrike interpretasie wat wel uit die resultate verkry word, is dat betekenisvolheid die sterkste korrelasie toon met die totaalstelling, hanteerbaarheid die tweede sterkste korrelasie, en verstaanbaarheid blyk die laagste korrelasie te toon.

Betekenisvolheid blyk dus die grootste rol te speel in hoë sin van koherensie, terwyl hanteerbaarheid, alhoewel in 'n mindere mate, tog 'n beduidende invloed het op 'n hoër totaal. Dit wil egter voorkom of verstaanbaarheid nie 'n sterk rol speel in die verskil tussen hoë en lae sin van koherensietellings nie.

5.1.3 BEDUIDENDE VERSKILLE TUSSEN BO- EN ONDERGEMIDDELTE SIN VAN KOHERENSIETELLINGS

Vervolgens word resultate gerapporteer van beduidende verskille wat voorgekom het tussen twee groepe (bo- en ondergemiddelde totaaltellings), waar verskille eerstens ontleed is in terme van sin van koherensiekomponente en totaaltelling, en tweedens in verband met die elemente waaruit die vraelysitems opgebou is.

(a) Rapportering

Tabel 5.4 wys die resultate van 'n Mann-Whitney U-analise, waar die verskil in die som van rangordetellings tussen bogemiddelde en ondergemiddelde sin van koherensie ontleed is in terme van verstaanbaarheid, hanteerbaarheid, betekenisvolheid en totaaltelling.

Tabel 5.4 Komponent verskille tussen bo- en ondergemiddelde sin van koherensie

	BOGEMIDDELD TEENoor ONDERGEMIDDELD
VERSTAANBAARHEID	0,1232
HANTEERBAARHEID	0,0110 **
BETEKENISVOLHEID	0,0015 ***

** Beduidend op 'n 5% peil van betekenisvolheid ($p < 0,05$)

*** Beduidend op 'n 1% peil van betekenisvolheid ($p < 0,01$)

Tabel 5.5 rapporteer op die resultate waar verskille in gesommeerde rangordes bepaal is tussen bogemiddelde en ondergemiddelde sin van koherensie, met verwysing na die die itemelemente van die LOV-vraelys, deur gebruik te maak van die Mann-Whitney U-toets.

Tabel 5.5 Verskille tussen bo- en ondergemiddelde sin van koherensie ten opsigte van itemelemente

	BOGEMIDDELD TEENoor ONDERGEMIDDELD
INSTRUMENTEEL	0,0014 ***
KOGNITIEF	0,0109 **
AFFEKTIEF	0,0798 *
INTERN	0,0167 **
EKSTERN	0,0008 ***
INTERN EN EKSTERN	0,0222 **
KONKREET	0,0025 ***
DIFFUUS	0,0025 ***
ABSTRAK	0,0121 **
VERLEDE	0,0093 ***
HEDE	0,0008 ***
TOEKOMS	0,0196 **

* Beduidend op 'n 10% peil van betekenisvolheid ($p < 0,1$)

** Beduidend op 'n 5% peil van betekenisvolheid ($p < 0,05$)

*** Beduidend op 'n 1% peil van betekenisvolheid ($p < 0,01$)

(b) **Bespreking**

Die resultate in tabel 5.4 sluit nou aan by die Spearman korrelasiekoeffisiënt wat by 5.1.2 uitgevoer is, waar verder bevestig is dat die grootste onderskeid tussen bo- en ondergemiddelde sin van

koherensie voorkom by betekenisvolheid, en tweedens by hanteerbaarheid. Daar is egter nie beduidende statistiese verskille tussen die gesommeerde rangordetellings ten opsigte van verstaanbaarheid nie.

Uit tabel 5.5 is dit duidelik dat daar by al twaalf die elemente beduidende verskille blyk te wees tussen die gesommeerde rangordetellings van individue met bo- en ondergemiddelde waardes op sin van koherensie.

Die grootste verskille kom voor by instrumentele gewaarwordings, eksterne bron van probleme, konkrete en diffuse eise, en eise wat in die hede asook die verlede gesetel is. Om dus Antonovsky (1987a, p 77) se "mapping sentence" te voltooi, kan daar die aanname gemaak word dat die lede met 'n bogemiddelde sin van koherensietelling beter reageer op instrumentele stimuli vanuit die eksterne omgewing, wat oor 'n konkrete of diffuse eis beskik en gesetel is in die hede en die verlede.

5.1.4 ITEMVERSKILLE TUSSEN HOë EN LAE SIN VAN KOHERENSIETELLINGS

Bo- en ondergemiddeld sin van koherensie word volgende aangespreek, waar spesifieke verskille uitgelig word rakende die beantwoording van items in die vraelys.

(a) **Rapportering**

Uit die 29 items van die LOV-vraelys, word slegs die items wat beduidende verskille in gesommeerde rangordetellings aangetoon het, volgens die Mann-Whitney U-toets, gerapporteer in tabel 5.6. Hieruit behoort daar in meer beskrywende terme geïdentifiseer kan word wat die verskillende belewenisse van die wêreld was tussen bo- en ondergemiddelde sin van koherensie. Verstaanbaarheid, hanteerbaarheid en betekenisvolheid word in die tabel by die vraagnommer onderskeidelik aangedui as V, H en B. Deur die gebruik van die letters word aangedui watter komponent die betrokke vraag primêr aanspreek.

Tabel 5.6 Item verskille tussen bo- en ondergemiddelde sin van koherensie

VRAAG NOMMER	VRAAGINHOUD	BOGEMIDDELD TEENOR ONDERGEMIDDELD
6. (H)	Het dit al gebeur dat mense op wie jy staat gemaak het, jou teleurgestel het?	0,0152 **
8. (B)	Het jou lewe tot nou toe duidelike doelwitte gehad en is dit sinvol?	0,0832 *
9. (H)	Kry jy die gevoel dat jy onregverdig behandel word?	0,0856 *
14. (B)	Wanneer jy aan jou lewe dink, dink jy dikwels hoe goed dit is om te lewe?	0,0105 **
18. (H)	Wanneer 'n onaangename ondervinding in die verlede plaasgevind het, was jy geneig om toe te laat dat dit jou hewig ontstel?	0,0061 ***
23. (H)	Dink jy dat daar in die toekoms altyd mense sal wees op wie jy sal kan staat maak?	0,0956 *
24. (V)	Kry jy die gevoel dat jy nie presies weet wat in die onmiddellike toekoms gaan gebeur nie?	0,0774 *
28. (B)	Hoe dikwels kry jy die gevoel dat daar weinig sin is in die dinge wat jy in jou daaglikse lewe doen?	0,0159 **

* Beduidend op 'n 10% peil van betekenisvolheid ($p < 0,1$)

** Beduidend op 'n 5% peil van betekenisvolheid ($p < 0,05$)

*** Beduidend op 'n 1% peil van betekenisvolheid ($p < 0,01$)

(b) Bespreking

Een item van verstaanbaarheid toon 'n beduidende verskil (vraag 24). Dit lyk of die persone met

'n bogemiddelde sin van koherensietelling die lewe meer voorspelbaar beleef, waar die lede met 'n lae telling die toekoms as onvoorspelbaar en onseker ervaar.

Vier van die items met verskille sorteer onder hanteerbaarheid (vraag 6, 9, 18 en 23). Dit kom na vore dat onaangename ervarings en teleurstellings in die verlede 'n sterk invloed het op die lede met 'n ondergemiddelde sin van koherensie. Hieruit wil dit voorkom of die ervarings moontlik 'n invloed uitoefen deurdat huidige interpersoonlike vertrouwe en aanvaarding nie goed blyk te wees nie, waar die individu die wêreld as onregverdig beleef, waarin hyself 'n slagoffer is.

Betekenisvolheid toon drie items waar beduidende verskille na vore tree (vraag 8, 14 en 28). Die individue met 'n bogemiddelde sin van koherensie ervaar sinvolle lewensdoelwitte en 'n gevoel dat dit die moeite werd is om energie in probleme te belê. In kort kom daar klaarblyklik lewenslus en lewensenergie by bogemiddelde sin van koherensie voor wat nie die geval is by individue aan die anderkant van die skaal nie.

5.2 KWALITATIEWE ONDERHOUD

Vervolgens word die onderhoudresultate gerapporteer vanaf die dataverminderingstelys (4.7.2), waarna dit gevolg word met 'n bespreking van die data. Eerstens word 'n kort beskrywing gegee van elke individu in die finale groepe se sin van koherensieprofiel. Tweedens word verskille in onderskeidelik verstaanbaarheid, hanteerbaarheid en betekenisvolheid, gerapporteer en bespreek. Derdens word daar verwys na verskille ten opsigte van itelemente (instrumenteel, kognitief, affektief, ekstern, intern, beide ekstern en intern, konkreet, diffuus, abstrak, verlede, hede en toekoms), asook die gebruik van hulpbronne.

5.2.1 BESKRYWING VAN INDIVIDUELE SIN VAN KOHERENSIEPROFIELE

Die drie individue wat blyk om goed aan te pas word eerstens beskryf, gevolg deur die vier individue wat blyk om nie so goed aan te pas nie.

(a) Goeie aanpassing

Persoon 1 blyk om 'n goeie balans te hê in sterkte tussen verstaanbaarheid, hanteerbaarheid en betekenisvolheid. Die integrasieproses kom vir hom duidelik en verstaanbaar voor, en die vertroue bestaan dat die integrasie suksesvol hanteer sal word en dus positiewe resultate sal oplewer. Verder word die integrasie as betekenisvol en sinvol ervaar, wat dit die moeite werd maak om energie daarin te belê. Die integrasieproses maak dus vir die betrokke individu kognitief en emosioneel sin.

Persoon 2 verstaan nie altyd presies waarom dinge gebeur soos dit gebeur nie (byvoorbeeld ander se gedrag), maar hy verstaan voldoende om situasies sinvol en effektief te kan hanteer. Die individu ervaar tans nie baie bevrediging in sy huidige werk nie, aangesien hy dit al 'n geruime tyd doen, maar sin van die lewe oor die algemeen en 'n goeie vlak van lewensenergie kom voor.

Persoon 3 verstaan nie regtig die groter integrasieproses en die land se situasie oor die algemeen nie, maar binne die grense van sy onmiddellike omgewing blyk hy aanvaarbare sin in die lewe te ervaar, en ten spyte van 'n gebrek aan begrip vir die groter prentjie wil dit voorkom of sy hantering van situasies besonder goed is. Die laaste geval kan dalk 'n goeie voorbeeld wees van sin van koherensie wat binne grense voorkom (3.4.2).

(b) Nie goeie aanpassing

Persoon 4 glo dat hy die lewe verstaan, maar die begrip van die lewe het 'n baie negatiewe belewenis wat daaraan gekoppel is, en slegte ervarings uit die verlede word saam met hom gedra, wat alles bydra dat hy baie min sin in die lewe ervaar. Sy hanteerbaarheid blyk nie te swak te wees nie, maar dit dui amper op 'n geroetineerde of gekondisioneerde hantering.

Persoon 5 het op die vraelys 'n redelike hoë telling behaal op verstaanbaarheid, maar in die onderhoud het dit na vore getree dat daar 'n mate van ontkenning voorkom, wat amper lyk of hy nie werklik begryp nie. Dit blyk egter of hier eerder sprake is van 'n gebrek aan aanvaarding

rakende dit wat hy sien gebeur. Ervarings uit die verlede en 'n sterk rassekwessie speel hier 'n belangrike rol in die sin dat sterk op emosionele parameters gefokus word. Betekenisvolheid is laag en hy wil wegdraai van dit wat rondom hom aangaan, en toon 'n "don't care"-ingesteldheid.

Persoon 6 ervaar nie voorspelbaarheid in die lewe nie, en verstaan veral nie instrumentele stimuli nie. Negatiewe ervarings uit die verlede wat nog nie uitgeklaar is nie vererger die gebrek aan begrip. Die lae verstaanbaarheid blyk 'n invloed te hê op die hantering van situasies, waar daar groot onsekerheid voorkom. Betekenisvolheid kom egter effens sterker na vore, wat impliseer dat daar onderliggende motivering bestaan wat basies onderdruk word deur die lae verstaanbaarheid en hanteerbaarheid wat voorkom.

Die integrasieproses maak vir *persoon 7* nie kognitief sin nie, en hy worstel met die idee om deel te word van ander se integrasie, waarvan hy nie deel wil wees nie. Hy ervaar homself in die middel van nêrens en is oorgelaat aan nie-geloofwaardige besluite van ander om die rigting van sy lewe te bepaal. Op hierdie stadium lyk dit of hy net saam met die stroom beweeg en onsekerheid ervaar oor die betekenisvolheid van sy eie lewe binne alles wat met hom gebeur. Rakende hanteerbaarheid vertoon hy effens beter.

(c) **Bespreking**

Uit die beskrywings van die individue is dit redelik duidelik dat daar 'n groot verskil oor die algemeen is tussen aanpassing en nie-aanpassing ten opsigte van sin van koherensie. Rakende verstaanbaarheid, hanteerbaarheid en betekenisvolheid blyk dit dat die drie individue wat beter aanpas hoër vlakke van ervaring beleef. Vir die drie individue wat beter aanpas, maak die integrasieproses emosioneel meer sin, waaruit die energie en motivering verkry word om probleme in die onmiddellike omgewing met toewyding te hanteer. 'n Emosionele worsteling blyk om by die vier individue voor te kom wat nie goed aanpas nie.

Alhoewel daar by altwee groepe moontlik onduidelikheid voorkom oor die groter prentjie van die integrasie, blyk dit asof daar by die beter aangepaste groep meer betekenis en effektiewe hantering plaasvind binne die grense van hul onmiddellike omgewing. By die aanpassers blyk dit dat, met die uitsondering van verstaanbaarheid, almal 'n goeie vlak van betekenisvolheid en hanteerbaarheid ervaar, terwyl die nie-aangepaste groep oor die algemeen op al drie die komponente laag funksioneer. By een of twee individue kom een van die komponente dalk effens sterker uit, maar die lae waarde van die ander twee komponente verswak die algemene sin van koherensie.

Vervolgens word verstaanbaarheid, hanteerbaarheid en betekenisvolheid afsonderlik behandel deur die rapportering en bespreking van onderhoudresultate.

5.2.2 VERSTAANBAARHEID

Uit die kwantitatiewe evaluering en die bogenoemde beskrywings van die individue, blyk dit dat daar nie groot verskille voorkom rakende verstaanbaarheid tussen individue wat beter en swakker aanpas nie. Individue aan beide kante lyk of hulle nie altyd regtig verstaan wat in die groter integrasieproses aangaan nie, maar daar blyk tog kwalitatief 'n verskil voor te kom in die wyse waarop verstaanbaarheid deurgetrek word na individue se onmiddellike omgewing. Vervolgens word die kwalitatiewe resultate van die onderhoud rakende verstaanbaarheid gerapporteer en bespreek.

(a) Rapportering

Na 'n proses van seleksie en fokus deur die dataverminderingproses (4.7.2) is die resultate uit die onderhoude in tabel 5.7 verdeel in aanpassing en nie-aanpassing volgens verstaanbaarheid.

Tabel 5.7 Onderhouddata ten opsigte van verstaanbaarheid

AANPASSING	NIE-AANPASSING
<ul style="list-style-type: none"> • Blyk om 'n meer volwasse uitkyk op die lewe te hê, waar verstaan word dat verandering deel is van die lewe. • Verstaan nie altyd die rasionaal agter ander se optrede en breë verloop van die integrasie nie, maar dit lyk of hulle verstaan wat die regte optrede binne die onmiddellike grense van hul funksionering is. • Blyk om meer duidelikheid te ervaar rakende 'n positiewe toekoms. 	<ul style="list-style-type: none"> • Verstaan nie die groter prent van die integrasie en die lewe nie. • Ervaar nie voorspelbaarheid in die lewe nie, indien wel is dit negatief van aard. • Verstaan dat verandering plaasvind, maar dit word nie baie duidelik beleef nie. • Sê soms dat verstaan, maar opgehoopte ongelukkige gevoelens verhoed dat aanvaar- ding plaasvind en vertroebel verstaanbaar- heid. • Ervaar onduidelikheid en onsekerheid rakende 'n positiewe toekoms.

(b) Bespreking

Dit lyk of daar 'n duidelike verskil bestaan in die wyse waarop onsekerheid en onbeheerde faktore in die groter omgewing en integrasieproses die lede wat aanpas en nie-aanpas beïnvloed in hul onmiddellike omgewing. In dié verband lyk dit asof die lede wat beter aanpas nouer en meer beheerbare grense trek waarbinne hulle meer begrip kan ervaar, terwyl nie-aanpassers die hele integrasie en die hele lewe verstaanbaar wil beleef.

Beter aanpassers verstaan en aanvaar dat verandering en die gepaardgaande onsekerheid deel van die lewe is, terwyl gebrek aan aanvaarding en destruktiewe emosies by nie-aanpassers rasionele gedagteprosesse belemmer en dus verhoed dat kognitief sin gemaak word. Aanpassers ervaar verder meer duidelikheid en positief voorspelde uitkomst in die toekoms.

5.2.3 HANTEERBAARHEID

Vervolgens word kwalitatiewe bevindings rakende hanteerbaarheid vanuit die verminderingsproses gerapporteer en bespreek.

(a) Rapportering

Tabel 5.8 dui die verskille aan in hanteerbaarheid tussen aanpassing en nie-aanpassing.

Tabel 5.8 Onderhouddata ten opsigte van hanteerbaarheid

AANPASSING	NIE-AANPASSING
<ul style="list-style-type: none"> • Glo dit hang baie van jouself af hoe goed jy funksioneer. • Sien dinge gebeur nie altyd korrek om hulle nie, maar dit beïnvloed hulle nie om self af te wyk van hul idee van korrekte gedrag nie. • Is bewus dat daar goeie en slegte mense is en maak voorsiening hiervoor deur om gedrag aan te pas by individuele verskille. • Besef dit is nodig om met ander by die werk te meng vir beter samewerking, ten spyte van die feit dat daar 'n gevoel mag bestaan dat na-ure nie gemeng wil word nie. • Wanneer daar emosioneel geraak word oor 'n saak, word dit eers met jouself uitgesorteer voordat die situasie hanteer word. • Glo in eie vermoë om situasies te hanteer en neem verantwoordelikheid om dinge te laat gebeur. 	<ul style="list-style-type: none"> • Aanvaar nie dit wat gebeur het in die verlede nie, in die persoonlike lewe sowel as die integrasie. • Kry die gevoel dit is 'n wen-verloor-situasie en dat hy aan die kortste ent trek. • Ons-teenoor-hulle gevoel bestaan. • Voel hulpeloos en weet nie hoe om die situasie te oorkom nie. • Voel asof hy 'n slagoffer is van omstandighede. • Voel dat beheer in ander se hande lê, en dit moet maar aanvaar word soos dit kom. • Dink dat die situasie moet verbeter, maar is nie seker of dit sal nie. • Voel nie dat hyself werklik 'n verskil kan maak nie. • Verandering moet by ander en op ander plekke plaasvind.

<ul style="list-style-type: none"> • Is in staat om meer onafhanklik te funksioneer en besluite te neem, en wag nie vir ander om hul gedrag te beïnvloed nie. • Beskik oor 'n goeie aanvoeling vir die korrekte optrede in verskillende situasies om sodoende die gewenste reaksies te verkry. • Glo dat jy jouself moet kan aanpas by veranderde omstandighede. • In jou eie gedrag in die eenheid waar jy funksioneer en by die mense met wie jy in kontak is, kan 'n verskil gemaak word. • Evalueer mense se betroubaarheid en hanteer hulle dan ooreenkomstig (bv. om meer te kontroleer). • Glo dat moeilikhede oorkom sal word. 	<ul style="list-style-type: none"> • Gemengde gevoelens kom voor, vanaf "vertrou niemand" tot "vertrou net sekere mense." Oor die algemeen bestaan daar nie goeie vertroue in ander mense nie. • Behalwe vir een persoon wat heeltemal negatief is, sê die ander dat moeilikhede moontlik oorkom kan word. Daar is egter nie geloof agter die stelling of dat dinge eers moet verbeter op ander plekke nie.
--	---

(b) **Bespreking**

Dit blyk dat daar 'n ingesteldheid sowel as hanteringsverskil bestaan tussen aanpassing en nie-aanpassing. Die aanpassers glo in hulle eie vermoë om 'n verskil te kan maak in hul onmiddellike omgewing en neem dus verantwoordelikheid vir die hantering van hul eie situasies. Die nie-aanpassers, aan die anderkant, voel meer soos slagoffers van omstandighede en dat verbetering van hul eie lewens aan omstandighede en aan ander mense en dinge oorgelewer is.

Individue met 'n sterk sin van koherensie blyk om meer bewus te wees van korrekte optrede in verskillende situasies teenoor verskillende mense, en dat dit nodig is om in werksverband te meng en saam met ander tipe mense te kan werk ten einde beter samewerking te verkry. Die nie-aanpassers blyk om so in huidige negatiewe emosies vasgevang te wees, sterk beïnvloed deur onaangename ervarings uit die verlede, dat dit vir hulle moeilik is om bewus te wees van die regte probleemoplossingsmetodes. Daar bestaan ook verder 'n 'ons teenoor hulle' gevoel en dat

die individu self gewoonlik aan die korste end trek. Die laaste twee effekte verhoed dus die swakker aanpassers om sinvol en effektief instrumentele en interaktiewe situasies te hanteer.

Die aanpassers glo dat moeilikhede in die toekoms oorkom sal word en word nie bedreig deur moontlike toekomstige uitkomst nie. Alhoewel daar hier en daar gedink word dat moeilikhede dalk oorkom kan word, toon nie-aanpassers aan die anderkant 'n sterker gevoel na die ander kant van die skaal, waar die toekoms as bedreigend ervaar word en daar nie werklik 'n geloof bestaan dat moeilikhede oorkom sal word nie. Dit is amper asof dit vir die nie-aanpassers moeilik is om verby die huidige ongelukkige ingesteldheid te fokus.

5.2.4 BETEKENISVOLHEID

Verskille in betekenisvolheid word vervolgens gerapporteer en bespreek.

(a) Rapportering

In tabel 5.9 word onderskeid getref tussen aanpassing en nie-aanpassing waar verskille gerapporteer word rakende die betekenisvolheidskomponent.

Tabel 5.9 Onderhouddata ten opsigte van betekenisvolheid

AANPASSING	NIE-AANPASSING
<ul style="list-style-type: none"> • Ervaar 'n trots en erns in hul werk, en om sukses daarvan te maak. • Een lid ervaar nie regtig veranderinge in sy lewe as gevolg van die integrasie nie. 'n Tweede was verras met die proses en die derde persoon ervaar positiewe veranderinge. • Ervaar betekenisvolheid in die toekoms. 	<ul style="list-style-type: none"> • Twee van die individue sien glad nie sin in die integrasie nie. Vir die een is daar 'n sterk rassekwessie ter sprake, terwyl die ander persoon nie regtig sin in die lewe oor die algemeen ervaar nie. • Kry die gevoel dat van een ongelukkige situasie na 'n ander oorbeweeg word. Van die verlede tot die hede word die lewe oor die algemeen nie sinvol ervaar nie.

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Vir die een persoon maak die integrasie-proses sin, vir die ander twee nie altyd nie, maar die lewe oor die algemeen word binne grense van betekenisvolheid, sinvol ervaar. • Dit maak sin vir die individu dat verandering deel van die lewe is, en dat mens in sekere omstandighede daarby moet kan aanpas. • Dit is die moeite werd om aan te pas en te bly in die organisasie. • Alhoewel die werk nie altyd as interessant beleef word nie, word daar oor die algemeen 'n trots ervaar om goeie werk te lewer. • Die individue beskik oor 'n goeie mate van lewensenergie ('n lus vir die lewe). | <ul style="list-style-type: none"> • Hoop dat dinge sal verander, maar ervaar nie werklik betekenisvolheid in die toekoms nie. Lyk amper of hul die vermoë verloor het om positief te kan dink. • Destruktiewe emosies kom voor, soos woede, moedeloosheid en wanhoop. • Besef dat integrasie onafwendbaar is, maar omdat hulle nie heeltemal die situasie (realiteit) kan of wil aanvaar nie, word die proses nie as betekenisvol ervaar nie. • Integrasie kan dalk sin maak, maar word nie betekenisvol ervaar binne die persoon se eie lewe nie. • Vir twee lede is die integrasie ander se proses en is dit nie vir hulle die moeite werd om energie daaraan te bestee nie. Die ander twee persone sien die sin van integrasie, maar beleef dit nie betekenisvol nie (Hierdie is 'n kwalitatiewe verskil wat uitgekóm het tus-sen die twee nuwe integrasielede en twee ou lede, wat deel uitmaak van die nie-aanpassing groep). • Die lewe word nie as goed ervaar nie. • By die nie-aanpassers is daar oor die algemeen lae lewensenergie ('n lus vir die lewe). |
|---|--|

(b) **Bespreking**

Dit blyk dat die twee groepe aansienlik verskil ten opsigte van hul oriëntasie en ingesteldheid teenoor die lewe oor die algemeen. Die goeie aanpassers beleef betekenisvolheid uit die verlede, hede en toekoms, terwyl die nie-aanpassers blyk om 'n gebrek aan betekenisvolheid saam met hulle te dra vanaf die verlede tot die huidige situasie, en dit beïnvloed ook hul ingesteldheid oor die toekoms negatief. Die lewe oor die algemeen word dus nie as goed ervaar nie.

Die integrasieproses word oor die algemeen meer positief ervaar en beleef deur die aanpassers as die nie-aanpassers, wat nie werklik die proses as betekenisvol beskou nie. Ten opsigte van die nie-aanpassers het daar kwalitatief 'n verskil na vore gekom tussen nuwe integrasielede en oud-Suid-Afrikaanse Weermaglede. Die ou lede blyk om nie hulself as deel van die proses te sien nie, en dit nie as die moeite werd beskou om energie daaraan te spandeer nie, terwyl die nuwe lede die sinvolheid insien van die integrasie insien en selfs in sekere gevalle kan sien dat ander mense dit sinvol beleef, maar hulle ervaar nie die betekenisvolheid in hul eie lewens nie.

Die kern van die saak is dat aanpassers konstruktiewe emosies beleef soos hoop en trots, en basies oor 'n goeie vlak van lewensenergie beskik. Die nie-aanpassers aan die ander kant beleef destruktiewe emosies soos woede, moedeloosheid en wanhoop, en hulle lewensenergie en lewenslus blyk baie laag te wees.

5.2.5 ITEMELEMENTE

Daar word nou kortliks aandag geskenk aan die verskille wat voorgekom het tussen aanpassing en nie-aanpassing met verwysing na die elemente waaruit die items van die vraelys opgebou is, aangesien daar in die gestruktureerde onderhoud voorsiening gemaak is vir die kontrolering van hierdie elemente.

(a) **Rapportering**

Vervolgens word resultate gerapporteer aan die hand van Antonovsky (1987a, p 77) se “mapping sentence”, wat gebruik is in die ontwikkeling van die vraelys. ‘n Kort beskrywing word vir elke individu in die steekproef gebied rakende die dominante elemente wat na vore getree het. In die onderhoud is die kontrolelyns van elemente spesifiek gebruik om kwalitatief te ontleed watter elemente in die stressituasies deur individue ervaar word in die integrasieproses.

Persoon 1. (Aangepas): Reageer tot ‘n instrumentele stimulus wat ontstaan in die eksterne omgewing en wat ‘n konkrete eis stel, in die huidige tyd.

Persoon 2. (Aangepas): Reageer tot ‘n instrumentele of affektiewe stimulus wat ontstaan in die eksterne of interne omgewing en wat ‘n konkrete of diffuse eis stel in die huidige tyd.

Persoon 3. (Aangepas): Reageer tot ‘n instrumentele of kognitiewe stimulus wat ontstaan in die eksterne of interne omgewing en wat ‘n konkrete of diffuse eis stel in die huidige of toekomstige tyd.

Persoon 4 (Nie-aangepas): Reageer tot ‘n affektiewe stimulus wat ontstaan in die interne of eksterne omgewing en wat ‘n diffuse eis stel in die verlede, hede en toekoms.

Persoon 5 (Nie-aangepas): Reageer tot ‘n affektiewe of instrumentele stimulus wat ontstaan in die interne of eksterne omgewing en wat ‘n diffuse eis stel in die verlede, hede en toekoms.

Persoon 6 (Nie-aangepas): Reageer tot ‘n affektiewe of instrumentele stimulus wat ontstaan in die interne of eksterne omgewing en wat ‘n diffuse eis stel in die verlede en hede.

Persoon 7 (Nie-aangepas): Reageer tot ‘n instrumentele of affektiewe stimulus wat ontstaan in die interne of eksterne omgewing en wat ‘n diffuse eis stel in die verlede en hede.

(b) Bespreking

Beide die groepe (aanpassing en nie-aanpassing) blyk om instrumentele stimulu uit die omgewing as stressors te ervaar wat deur eksterne faktore, word sowel as deur die persoon se interne ervaring daarvan, veroorsaak word. Die stressors besit 'n diffuse of onduidelike eis wat basies op 'n daaglikse basis (hier en nou) gehanteer moet word.

Wanneer na die beduidende verskille in itemtellings op die vraelys, ten opsigte van die elemente, gekyk word wil dit voorkom of die aanpassers en die nie-aanpassers onder andere met dieselfde tipe stressors gekonfronteer word, maar die ingesteldheid, persepsies en ervarings daarvan verskil tussen die twee groepe.

Kwalitatief het daar wel 'n paar verskille uitgekom rakende die elemente, naamlik dat aanpassers meer gesteld is op die hantering van konkrete eise, dat nie-aanpassers meer emosioneel belaaide stimulu uit die omgewing waarneem en dat nie-aanpassers stressors en eise wat in die verlede gesetel is, saam met hulle dra.

5.2.6 HULPBRONNE

Die bevindinge rondom die gebruik van hulpbronne, in 'n vergelyking tussen aanpassing en nie-aanpassing, word kortliks bespreek.

By die meerderheid van die individue het dit voorgekom dat daar in sekere aktiwiteite ontlading vir stres gevind word, byvoorbeeld fisiese oefening, lees, radio luister en uitgaan. Dit het egter verskil tussen al die individue volgens individuele voorkeure en daar is nie 'n duidelike aanduiding of die faktore 'n belangrike rol gespeel het nie. In beide die groepe word daar ook gebruik gemaak van ander individue by die werk wat 'n ondersteunende rol kan speel, byvoorbeeld kollegas, werksvriende, vertrouelinge by die werk en hoër gesag wat bereid is om te help.

By die aanpassers het verder uitgekom dat daar gesteun word op ouers of soortgelyke mentorfigure, doel in die lewe en ervarings uit die verlede. Dit het by die nie-aanpassers na vore gekom dat 'n groot deel van hul behoud en motivering lê in die feit dat hulle vir die familie, verloofde of meisie moet sorg, wat eintlik nie 'n hulpbron is nie maar nog 'n stressor.

Wanneer daar gekyk word na die kategorieë van hulpbronne soos deur Strümpfer (1990, p 268) voorgestel is (3.4.3), kan die volgende "generalized resistance resources" geïdentifiseer word by aanpassers, naamlik kognitiewe hulpbronne (rasionele probleemoplossing en vaardighede), emosionele hulpbronne (selfvertroue, selfdisipline en aanvoeling vir die optrede), aanpassingstrategieë (kognitiewe, emosionele en instrumentele hantering van stres), en interpersoonlike verhoudinge (sosiale ondersteuning en samewerking).

5.3 INTEGRASIE

Die resultate het aangetoon dat biografiese veranderlikes nie 'n beïnvloedende rol gespeel het op die tellings in die vraelys nie. Siende dat die steekproef verteenwoordigend was van 'n diverse samestelling van mense, ondersteun die bevinding Antonovsky (1987a, p 79) se bewering dat die vraelys kruiskultureel toegepas kan word.

Vervolgens word die integrasiebespreking aangebied onder die temas van verstaanbaarheid, hanteerbaarheid, betekenisvolheid, elemente vir stimulus hantering, en hulpbronne. Die fokus van die bespreking val op beter aanpassing.

5.3.1 VERSTAANBAARHEID

Uit die teoretiese profiel van sterk sin van koherensie (3.6.2) kom van die faktore van sterk sin van koherensie wel na vore by die aanpassers in hierdie navorsing. Die faktore wat duidelik uitkom is dat stressors gesien word as uitdagings wat hanteer kan word en dat aanpassing by die stresvolle situasies as 'n normale proses beskou word. Verandering word dus beter aanvaar.

Tussen die twee groepe (aanpassing en nie-aanpassing) in die navorsing was daar nie statisties beduidende verskille rakende verstaanbaarheidtellings nie. Selfs op kwalitatiewe vlak het twee van die drie aanpassers nie altyd duidelikheid ervaar rakende dit wat rondom hulle gebeur nie. Dit lyk dus of die vlak van verstaanbaarheid in die konteks van die navorsing nie baie verskil nie, aangesien beide aanpassers en nie-aanpassers onduidelikheid beleef.

Wat wel duidelik word is dat, alhoewel die verstaanbaarheidtellings dalk nie baie verskil nie, daar tog 'n verskil is in hoe die twee groepe se begrip lyk en ook hoe dit die persoon beïnvloed ten opsigte van die ander twee komponente. Wat by die aanpassers waargeneem word, is dat dit nie nodig is vir die groot prentjie om kognitief begryp te word ten einde effektief en tevrede te kan wees nie. Nouer en meer beheerde grense word getrek binne die persone se lewens waarbinne begrip ervaar kan word. Verder word die toekoms ook as meer voorspelbaar en positief gesien.

5.3.2 HANTEERBAARHEID

In vergelyking met die teoretiese profiel vir sterk sin van koherensie (3.6.2), is daar ooreenstemming aangesien die aanpassers oor die vermoë beskik om meer effektief hulpbronne en strategieë te benut vir spesifieke stressituasies. Potensieël stresvolle situasies word beter geïdentifiseer en gevolglik anders benader. Daar bestaan 'n aktiewe poging om 'n situasie te hanteer en die individu is dus nie 'n passiewe bystander nie.

Daar het in die statistiese analyses beduidende verskille tussen aanpassers en nie-aanpassers na vore gekom. Kwalitatief blyk die twee groepe ook verskille te toon in die hantering van situasies en veral in terme van ingesteldheid, wat die komponent sterk beïnvloed. Die goeie aanpasser word nie so sterk beïnvloed deur onaangename ervarings uit die verlede dat dit hul huidige funksionering nadelig beïnvloed nie. Hul aanvaar dat probleme deel van die lewe is en dat dit hanteer moet word, en die geloof bestaan in dié verband rakende eie vermoëns dat 'n verskil gemaak kan word binne die grense van hul onmiddellike omgewing. In dié verband word mense se betroubaarheid en verskille geëvalueer, waarna 'n bewuste aanpassing en konstruktiewe hantering plaasvind, soos om te meng en aan te pas in werksverband. Die aanpassers ervaar ook verder 'n vertroue dat die moeilikhede van die toekoms oorkom sal word.

5.3.3 BETEKENISVOLHEID

In terme van die sterk sin van koherensieprofiel (3.6.2) kom 'n paar ooreenkomste na vore. Eerstens word stressituasies beskou as uitdagings, wat die moeite werd is om energie in te belê. Tweedens word konstruktiewe en gefokusde emosies ervaar soos hoop, onsteltenis en bekommernis, eerder as moedeloosheid, woede en wanhoop. Derdens kom 'n positiewe ingesteldheid en wil om te lewe na vore. Die beter aanpassers beskik oor hoër vlakke van lewensenergie.

Die betekenisvolheidkomponent het in die kwantitatiewe sowel as die kwalitatiewe resultate gemanifesteer as die grootste verskil tussen aanpassing en nie-aanpassing, in terme van sin van koherensie. Dit word verder ondersteun in die feit dat gevoelens en ingesteldheid as belangrike beïnvloeders na vore gekom het by verstaanbaarheid en hanteerbaarheid. Die beter aanpassers het 'n meer positiewe oriëntasie tot die lewe en die integrasie. Betekenisvolheid word ook ervaar in die toekoms en sinvolle lewensdoelwitte kom voor.

5.3.4 ELEMENTE BY DIE HANTERING VAN STIMULI

By al twaalf die elemente waaruit die vraelysitems saamgestel is, het beduidende statistiese verskille na vore gekom in die reaksies op stresvolle stimuli tussen aanpassing en nie-aanpassing. Die grootste statistiese verskille het voorgekom by instrumentele stimuli, eksterne bronne van probleme, konkrete en diffuse eise, en eise wat in die verlede en die hede gesetel is. Die persoon met 'n sterk sin van koherensie blyk om meer op die instrumentele parameters van die spesifieke probleem te fokus, eerder as die emosionele parameters. Aanpassers blyk verder diffuse eise as minder bedreigend te ervaar en meer gesteld te wees om te fokus op konkrete eise.

Oor die algemeen reageer aanpassers op eise wat in die huidige tyd geleë is en ervaar nie die verlede en toekoms as addisionele destruktiewe stressors nie.

5.3.5 HULPBRONNE

Die hulpbronne van die beter aanpassers in die navorsing kan as volg opgesom word:

- Kognitiewe hulpbronne soos rasionele probleemoplossingsprosesse en -vaardighede om in verskillende situasies te kan aanpas.
- Emosionele hulpbronne waar selfvertroue, positiewe emosies (5.3.3) en 'n aanvoeling vir die korrekte optrede, 'n fasiliterende rol speel.
- Aanpassingsstrategieë waar die kognitiewe, emosionele en instrumentele hantering beter blyk te wees as by nie-aanpassers.
- Interpersoonlike verhoudinge, naamlik deur om interpersoonlik betrokke te raak by die werk en samewerking te ondersteun.

Uit hierdie opsomming van hulpbronne kan gesien word dat dit heelwat aspekte dek wat na vore gekom het by die komponente. Hierdeur word die interverwantskap van die drie komponente versterk aangesien die teenwoordigheid van al drie komponente die totale sin van koherensie verhoog.

5.4 SAMEVATTING

In hierdie hoofstuk is die empiriese en fenomenologiese navorsingsdoelwitte bereik, deurdat kwantitatiewe sowel as kwalitatiewe verskille tussen aanpassing en nie-aanpassing, ten opsigte van sin van koherensie, aangespreek is. Samevattend kan gesê word dat die goeie aanpasser stresssituasies met meer selfvertroue hanteer en dit word versterk uit vorige ervarings van sinmaak. Stresssituasies word dus met groter gemak en sekerheid benader en daar bestaan 'n mate van

buigbaarheid in die grense wat gestel word waarbinne verstaanbaarheid, hanteerbaarheid en betekenisvolheid belangrik is.

Die integrasiebespreking (5.3), waar kwantitatiewe en kwalitatiewe resultate gekoppel is, dien vervolgens as riglyn vir die beantwoording van die laaste navorsingsvraag in hoofstuk 6.

HOOFSTUK 6: GEVOLGTREKKINGS, AANBEVELINGS EN LEEMTES VAN DIE NAVORSING

In hierdie hoofstuk word die laaste navorsingsvraag (1.2) beantwoord. Die vraag is gestel of gevolgtrekkings geformuleer kan word rakende sin van koherensie, met die koppeling van kwantitatiewe en kwalitatiewe data, waaruit organisatoriese aanbevelings gemaak kan word ten einde individuele aanpassing te stimuleer.

Dit word gedoen deur die kwantitatiewe en kwalitatiewe resultate wat in hoofstuk 5 in samehang beskou is, te gebruik as riglyn om empiriese en fenomenologiese gevolgtrekkings te formuleer rakende sin van koherensie. Die gevolgtrekkings bied 'n globale samevatting van die empiriese, fenomenologiese en literatuurnavorsingsdoelstellings wat in hoofstuk 1 (1.3.2) geformuleer is. Op grond van die resultate en gevolgtrekkings word organisatoriese, teoretiese en navorsingsaanbevelings verder bespreek, waarna die leemtes van die navorsing ten slotte aangedui word. In hierdie hoofstuk word die navorsingproses voltooi deurdat die probleemstelling (1.2) van die navorsing deur middel van die aanbevelings aangespreek word.

6.1 GEVOLGTREKKINGS

In hoofstuk 2 het dit duidelik geword dat die salutogeniese paradigma riglyne verskaf vir die bestudering van die stabiele aspekte van die stresvolle persoon-omgewinginteraksies. Salutogenese word onderskei van die tradisionele patogeniese benadering van navorsing in die sin dat die uitsonderlike gevalle bestudeer word wat ten spyte van stresvolle omstandighede, fisiologies en psigologies gesond daarvan afkom.

In hoofstuk 3 is aangedui dat sin van koherensie nie dui op 'n spesifieke aanpassingsstrategie nie, maar eerder 'n algemene oriëntasie voorstel wat die individu se aanpassing fasiliteer en gevolglik kognitiewe en emosionele prosesse betrek in die keuse en implimentering van hulpbronne wat beskikbaar is, sowel as die motivering vir optrede. Sterk sin van koherensie dui eerstens daarop dat

'n stresvolle situasie kognitief sin maak deurdat dit duidelik en verstaanbaar is. Tweedens bestaan die vertroue dat die stressituasie hanteer sal kan word, en die uitkomste daarvan, onder omstandighede, gunstig behoort te wees. En derdens dat die eise wat die betrokke stressituasie stel, die moeite werd is om energie in te belê, en dus betekenisvol is.

Psigometries kon daar in die navorsing onderskei word tussen die individue met bo- en ondergemiddelde sin van koherensievlakke. Rakende betekenisvolheid, hanteerbaarheid en in 'n mindere mate verstaanbaarheid, het daar beduidende verskille na vore getree tussen bo- en ondergemiddelde sin van koherensietellings. Volgens die psigometriese instrument blyk dit dus dat die grootste verskil in algemene lewensoriëntasie by die bogemiddelde sin van koherensietellings, daarin lê dat die lewe as betekenisvol ervaar word en dat die hantering van stressituasies met meer sekerheid benader word. Bogemiddelde sin van koherensie blyk om die effektiewe hantering van instrumentele stimuli wat gesetel is in die huidige tyd, te fasiliteer, waar emosionele parameters wat in die verlede, hede en toekoms gesetel is nie die probleemoplossingsproses nadelig beïnvloed nie.

Die kwalitatiewe onderhoud se bevindinge toon ooreenstemming met die psigometriese instrument se bevindinge, deurdat verskille voorkom in die betekenisvolle ervaring van die integrasieproses en die hantering daarvan in die onmiddellike omgewing, tussen individue wat beter blyk aan te pas as ander. Die integrasie blyk dus emosioneel sin te maak, wat as energiebron dien vir die doelgerigte hantering en verwerking van stressituasies. Die individue wat beter aanpas blyk verder om verstaanbaarheid te beleef binne die grense van hul onmiddellike omgewing, maar nie noodwendig van die groter integrasieproses nie, terwyl die nie-aanpassers blyk om oor die algemeen nie duidelikheid en begrip te ervaar nie. Nie-aanpassers blyk ook emosionele bagasie uit die verlede saam te dra wat huidige en toekomspersepsie beïnvloed deurdat stimuli uit die omgewing gesien word as geraas eerder as informasie.

In die navorsing kom baie ooreenstemming voor tussen kwantitatiewe en kwalitatiewe resultate ten opsigte van hanteerbaarheid en betekenisvolheid. Kwantitatief blyk daar nie beduidende verskille in verstaanbaarheid tussen bo- en ondergemiddelde sin van koherensie te wees nie. Kwalitatief blyk dit egter of verstaanbaarheid binne beheerbare grense aanpassing fasiliteer. Uit die integrasie van kwantitatiewe en kwalitatiewe resultate word aanbevelings as volg voorgestel.

6.2 AANBEVELINGS

Die aanbevelings het ten doel om die probleemstelling en navorsingsvrae (1.2) te beantwoord en aan te vul. Dit word vervolgens gedoen aan die hand van organisatoriese aanbevelings asook teoretiese en navorsingsaanbevelings.

6.2.1 ORGANISATORIESE AANBEVELINGS

Aangesien die sentrale tema van die bevindinge van die studie daarop dui dat betekenisvolheid en emosionele sin by individue binne die integrasieproses die sterkste invloed het op aanpassing, maak dit die hantering daarvan meer gekompliseerd, aangesien dit hier gaan oor gesindheid, verandering en motivering. Die huidige psigologiese integrasieprogram wat in die Weermag gebruik word beklemtoon dus die regte faktore (bewusmaking van emosionele en kulturele ervarings wat in die verlede gesetel is), maar die leemte wat gevul moet word, is die proses wat na die program, op 'n daaglikse basis, plaasvind. Dit is nodig vir individue om na die afloop van die psigologiese integrasieprogram emosionele betekenisvolheid op 'n deurlopende basis by die werk te ervaar.

Dit is dus belangrik dat die motiveringsbasis eers gelê word (deurlopende versterking), waarna gekonsentreer word op konkrete hantering van situasies, gevolg deur meganismes vir ondersteuning waardeur deurlopende uitklaring en duidelikheid verkry kan word.

Die navorsingsprojek het nie bestaan uit 'n groot steekproef nie en dit sal sinvol wees om die bevindinge verder na te vors en te bevestig (sien navorsingsaanbevelings). Maar die studie het wel 'n sterk kwalitatief gefundeerde en kwantitatief gekoppelde basis en op grond hiervan word 'n breë proses voorgestel, primêr vir die Militêre Polisie, sekondêr vir die Suid-Afrikaanse Nasionale Weermag. Ondersteuning van leiers en kern rolspelers binne die werksomgewing is krities vir suksesvolle implimentering, en bewusmaking van hul rol binne die proses is dus belangrik. Vervolgens word die **voorgestelde proses** uiteengesit:

(a) Fase 1

Verkieslik behoort lede bloodgestel te word aan die psigologiese integrasieprogram, waarna die lede of groepe binne 'n redelike tyd op 'n minder bewustelike vlak aan ervarings blootgestel moet word, waar vertroue, samewerking en gemak met die integrasieproses gestimuleer word ten einde betekenisvolheid te kan vestig. Hier behoort dus gekyk te word na die opstel van weeklikse of twee weeklikse programme, waar afdelingshoofde, Sielkundiges, Maatskaplike Werkers of selfs die lede self (realistiese uitvoering), binne die werksomgewing deur spanbou of probleemoplossingsoefeninge moet werk, ten einde onbewustelik gemak en samewerking tussen individue in die werksomgewing te kweek.

Tydens hierdie fase is die volgende riglyne belangrik (Antonovsky, 1987c, p 159-160):

- Geleentheid vir die individu om hom/haarself te kan uitdruk.
- Ervaring by die individu dat sy/haar pos of funksie van waarde is.
- Stimulering van entoesiasme en resultate of vergoeding op konkrete vlakke is belangrik.

(b) Fase 2

Wanneer die psigologiese motiveringsbasis gelê is, kan daar dan oorgegaan word in dieselfde program (deurlopend), na die fokus op die hantering van die situasie in die onmiddellike omgewing in plaas van om die breë organisasie se probleme te wil uitsorteer. Daar moet gefokus word op die aanvaarding van verantwoordelikhede in die onmiddellike omgewing, beklemtoning van die belangrikheid van 'n wen-wen benadering, interpersoonlike vaardighede, en die stel van persoonlike doelwitte.

Riglyne om in gedagte te hou tydens Fase 2 (Antonovsky, 1987c, p161) is:

- 'n Gesonde balans in werkslading en verantwoordelikhede is nodig, waar realistiese individuele doelwitte nagestreef word.
- Besikbaarheid van hulpbronne, materiaal, toerusting en mannekrag is belangrik.
- Formele en informele sosiale strukture, byvoorbeeld prosedures, kommunikasie, hulp en terugvoerprosesse, moet ondersteunend wees.

(c) Fase 3

Ondersteuningsmeganismes moet versterk word ten einde inligting beskikbaar te stel rakende die groter integrasieproses en toekomstige veranderinge op 'n "need to know"-basis, wat tot op grondvlak deurgevoer word. Ingeligte verteenwoordigers by die werk, van wie die lede bewus is, en bekikbare visuele informasie rakende doelwitte op hoë vlak, tydskale en statistieke, behoort in plek te wees.

In Fase 3 kan die volgende riglyne in aanmerking geneem word (Antonovsky, 1987c, p 163):

- Kweek van die geloof dat aanvaarbare gedrag en nakoming van werksprosedures 'n toekoms sal verseker binne die organisasie.
- Vestiging van werksekuriteit deur belangrikheid van funksie, pos of afdeling te bevestig.
- Die kweek van 'n geloof by die individu in bestaande sosiale sisteme.

Dit is dus nodig dat die genoemde proses 'n logiese werkswyse moet volg wat op 'n deurlopende basis plaasvind, en die individu dus nie oorgelaat word aan eie reserwes met min ondersteuning nie. Die proses het ten doel om sin van koherensie by die individu te stimuleer.

6.2.2. TEORETIESE EN NAVORSINGSAANBEVELINGS

'n Aantal idees vir verdere navorsing wat gepaard gaan met teoretiese toevoegings, word kortliks gemeld:

- (a) Die kwantitatiewe meting van die LOV- vraelys se kruiskulturele gebruik binne die breë organisasie kan getoets word, aangesien die beskikbaarheid van kruiskulturele vraelyste en psigometriele instrumente huidig in die sosiale wetenskappe 'n groot probleem is. Eerstens kan die gebruik van die LOV vraelys bevestig word deur die voorgestelde navorsing, en tweedens kan die teoretiese aannames oor die kruiskulturele gebruik van die vraelys verder ondersoek word.
- (b) 'n Meer volledige ondersoek na die invloed van ouderdom op die hantering van diffuse eise en persepsies van die toekoms, asook opvoedingsvlak se rol in die hantering van abstrakte eise en die invloed daarvan op daaglikse probleemoplossing, kan onderneem word.
- (c) Die ontleding van verstaanbaarheid se interne konsekwentheid op die vraelys, om vas te stel of daar nie items is wat die betroubaarheid beïnvloed nie.
- (d) 'n Groter steekproef vir 'n soortgelyke studie, om sodoende veralgemeenbaarheid na die groter organisasie te versterk.
- (e) Antonovsky (1987a, pp 19-21) se navorsing het bevind dat betekenisvolheid die grootste gewig dra, gevolg deur verstaanbaarheid en dan hanteerbaarheid, in terme van sin van koherensie se fasiliterende rol tydens aanpassing. In hierdie navorsing het betekenisvolheid kwantitatief die sterkste invloed gehad op bogemiddelde sin van koherensie, gevolg eers deur hanteerbaarheid en dan verstaanbaarheid. Hierdie verskil tussen hanteerbaarheid en verstaanbaarheid kan verder ondersoek word, deur om die komponente van sin van koherensie se gewigte in verskillende tipes stresssituasies te evalueer. Kwalitatiewe verskille kan ook situasioneel bepaal word.

- (f) Antonovsky (1987a, p 20) dui aan dat die kombinasie van lae verstaanbaarheid, hoë hanteerbaarheid en hoë betekenisvolheid, sowel as die kombinasie van lae verstaanbaarheid, hoë hanteerbaarheid en lae betekenisvolheid, min voorkom. In die navorsing blyk dit dat een van die sewe persone (kwalitatiewe ontledingsgroep) op die een onwaarskynlike profiel sorteer, terwyl 'n tweede persoon van dieselfde groep op die ander profiel sorteer, wat min voorkom. Hierdie onwaarskynlike profiele kan ook verder bestudeer word deur kwantitatiewe navorsing te doen om sodoende die waarskynlikheid vas te stel vir die twee profiele om wel te kan voorkom, sowel as 'n kwalitatiewe bepaling van die rigting van aanpassing wat deur die profiele onderskeidelik gefasiliteer word.
- (g) 'n Elementprofiel van sterk sin van koherensie kan met kwantitatiewe navorsing saamgestel word, aangesien daar tans nie 'n duidelike profiel in die literatuur aangedui word nie.

6.3 LEEMTES VAN DIE STUDIE

Die leemtes wat ten opsigte van die navorsing genoem kan word, is die volgende.

- Die grootte van die steekproef. Eerstens het die steekproef nie voorsiening gemaak vir die groot aantal onseker gevalle wat uitgeval het by die kwalitatiewe ontleding nie. Tweedens is dit moeilik om statisties beduidende resultate te lewer met 'n klein steekproef.
- Die navorsing en die aanbevelings daarvan moes vroeër in die integrasieproses van die Suid-Afrikaanse Nasionale Weermag plaasgevind het, aangesien integrasie alreeds die afgelope twee jaar plaasvind.
- Die navorsing kon dalk meer in samehang gedoen gewees het met die huidige psigologiese integrasieprogram, aangesien die studie aanvullend daartoe is.

6.4 SAMEVATTING

In afsluiting het hierdie hoofstuk die laaste navorsingsdoelstelling (1.3.2) bereik. Gevolgtrekkings is geformuleer rakende sin van koherensie se fasiliterende rol in individuele aanpassing tydens die integrasieproses in die Suid-Afrikaanse Nasionale Weermag. Verder is organisatoriese aanbevelings gemaak ten einde individuele aanpassing te stimuleer, primêr ten opsigte van die individuele toesighouer of instrukteur binne die Militêre Polisiekorps en sekondêr vir bewusmaking binne die groter organisatoriese konteks.

Deur die navorsing word die probleem wat gestel is in hoofstuk 1 (1.2), naamlik dat die mikro-vlak van individuele aanpassing ontken word tydens organisatoriese verandering (Beer & Walton, 1987, pp355-362), aangespreek.

VERWYSINGS

Adams, J.D. (1980). *Understanding and managing stress*. San Diego: University Associates.

Anderson, B. (1989). *Werksmotivering: 'n Sisteemteoretiese perspektief*. Ongepubliseerde M-verhandeling. Bloemfontein: Universiteit van die Vrystaat.

Antonovsky, A. (1979). *Health, stress and coping*. San Francisco: Jossey Bass.

Antonovsky, A. (1984a). A call for a new question - salutogenesis - and a proposed answer - the sense of coherence. *Journal of Preventative Psychiatry*, 2 (1), 1-13.

Antonovsky, A. (1984b). The sense of coherence as a determinant of health. In J.D. Matarazzo, Sharline. M. Weiss, J.A. Herd, N.E. Miller & Stephan. M. Weiss (Eds), *A handbook of health enhancement and disease prevention*. New York: John-Wiley.

Antonovsky, A. (1985). The life cycle, mental health and the sense of coherence. *Israel's Journal for Psychiatry Related Science*, 22 (4), 273-280.

Antonovsky, A. (1987a). *Unraveling the mystery of health. How people manage stress and stay well*. London: Jossey-Bass.

Antonovsky, A. (1987b). The salutogenic perspective: Toward a new view of health and illness. *Advances, institute for the advancement of health*, 4 (1), 47-55.

Antonovsky, A. (1987c). Health promoting factors at work: The sense of coherence. In R. Kalimo, M.A.U. Batavik & C.L. Cooper (Eds), *Psychosocial factors at work and their relation to health*. Geneva : World Health Organization.

Antonovsky, A. (1991). The structural sources of salutogenic strengths. In C.L. Cooper & R. Payne (Eds), *Personality and stress: Individual differences in the stress process*. Chichester: John Wiley.

Antonovsky, A. (1993). Complexity, Conflict, Chaos, Coherence, Coercion and Civility. *Social Science and Medicine*, 37 (8), 969-981.

Antonovsky, A. & Bernstein, J. (1981). Pathogenesis and Salutogenesis in war and other crises: Who studies the successful copier ? In N.A. Milgram (Ed), *Stress and coping in time of war: Generalizations from the Israeli experience (Brunner/Mazel Psychosocial Stress Series, 7, 52-65)*. New York: Brunner/Mazel.

Antonovsky, A. & Sagy, S. (1990). Explaining life satisfaction in later life: The sense of coherence model and activity theory. *Behavior, Health, and Aging*, 1 (1), 11-21.

Antonovsky, H. & Sagy, S. (1983). *Sense of coherence - Its development and impact on responses to stress situations*. Unpublished manuscript (D.J.W. Strümpfer, Department of Psychology, University of Cape Town).

Antonovsky, H. & Sagy, S (1986). The development of a sense of coherence and it's impact on responses to stress situations. *Journal of Social Psychology*, 126, 213-225.

Baker, T.L. (1994). *Doing social research (2nd ed)*. Singapore: McGraw-Hill.

Bannan, J.F. (1967). *The philosophy of Merleau-Ponty*. New York: Harcourt, Brace & World.

Barrel, J.J., Aanstoos, C., Richards, A.C. & Arons, M. (1987). Human science research methods. *Journal of Humanistic Psychology*, 27 (4), 424-457.

Beer, M. & Walton, A.E. (1987). Organizational change and development. *Annual Review for Psychology*, 38, 339-367.

Ben-Sira, Z. (1985). Potency: A stress-buffering link in the coping-stress-disease relationship. *Sociology, Science and Medicine*, 21 (4), 397-406.

Berg, Z.C. (1992). *Bedryfsgeestesgesondheid* (Enigste studiegids vir BEGESO-A). Pretoria: Universiteit van Suid-Afrika.

Billings, A.G. & Moos, R.H. (1982). Work stress and the stress-buffering roles of work and family resources. *Journal of Occupational Behaviour*, 3 (3), 215-232.

Brallier, L. (1982). *Successfully managing stress*. Los Altos: Kingspart Press.

Brennan, J.F. (1982). *History and systems of Psychology*. Boston: Prentice-Hall.

Burke, W.W. (1982). *Organization Development, Principles and Practices*. Boston: Little Brown.

Carmel, S., Anson, O., Levenson, A., Bonne, D.Y. & Maoz, B. (1991). Life events, sense of coherence and health: Gender differences on the kibbutz. *Social Science and Medicine*, 32 (10), 1089-1096.

Carstens, L. (1989). *Die ontwikkeling en implimentering van 'n stresbeheerde program vir middelvlakbestuurders in 'n diensorganisasie*. Doktorale proefskrif. Bloemfontein: Universiteit van die Vrystaat.

Converse, J.M. & Schuman, H. (1974). *Conversations at random: Survey research as interviewers see it*. New York: John-Wiley.

Cranwell-Ward, J. (1987). *Managing Stress*. Worcester: Billing.

DeBruyn, J.C. & Wagenfeld, M.O. (1993, August). *Salutogenesis: A new perspective for rural mental health research*. Paper presented at the annual meeting of Rural Sociology Society, Orlando.

DeVellis, R.F. (1991). *Scale development: Theory and application*. London: Sage.

Elder, G.H. & Clipp, E.C. (1989). Combat experience and emotional health: Impairment and resilience in later life. *Journal of Personality*, 57, 311-341.

Ferguson, G.A. (1981). *Statistical analysis in psychology and education (5th ed)*. Singapore: McGraw-Hill Book.

Folkman, S. & Lazarus, R.S. (1988). Coping as a mediator of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54 (3), 466-475.

Folkman, S., Lazarus, R.S., Gruen, R.J. & DeLongis, A. (1986). Appraisal, coping, health status and psychological symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50 (3), 571-579.

Folkman, S., Lazarus, R.S., Gruen, R.J., DeLongis, A. & Dunkel-Schetter, C. (1986). Dynamics of a stressful encounter: Cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50 (5), 992-1003.

Fossum, L.B. (1989). *Understanding organizational change*. Los Altos: Crisp.

Frankl, V.E. (1987). *Man's Search for Meaning*. London: Hodder & Stoughton.

Gagliardi, P. (1986). The creation and change of organizational cultures: A conceptual framework. *Organization Studies*, 7 (2), 117-134.

Gerber, P.D., Nel, P.S., Van Dyk, P.S. (1987). *Mannekragbestuur*. Johannesburg: Southern Boekuitgewers.

Gmelch, H.W. (1982). *Beyond stress to effective management*. New York: John-Wiley.

Greenbaum, H.H., Holden, E.J. & Spartaro, L. (1983). Organizational structure and communication processes: A study of change. *Group organizational studies*, 8 (1), 61-82.

Greenhaus, J.H. (1987). *Career Management*. New York: CBS College.

Hjelle, L.A. & Ziegler, D.J. (1976). *Personality - Theories, Basic assumptions, Research and Applications*. London: McGraw-Hill.

Hjelle, L.A. & Ziegler, D.J. (1992). *Personality theories - Basic assumptions, research and applications (Third edition)*. New York: McGraw-Hill.

Huysamen, G.K. (1993). *Metodologie vir die Sosiale en Gedragwetenskappe*. Pretoria: Southern Boekuitgewers.

Ivancevich, J.M. & Matteson, M.T. (1980). *Stress and work: A managerial perspective*. Glenview: Scott, Foresman and Company.

Ivey, A.E., Ivey, M.B. & Simek-Downing, L. (1987). *Counselling and psychotherapy: Integrating skills, theory and practice (Second edition)*. London: Prentice-Hall.

Johnson, D.W. (1981). *Reaching out interpersonal effectiveness and self-actualization (Second edition)*. Englewood Cliffs: Prentice-Hall.

Kalimo, R. & Vuori, J. (1990). Work and sense of coherence - Resources for competence and life satisfaction. *Behavioral Medicine, (Summer) 16*, 76-89.

Kalimo, R. & Vuori, J. (1991). Work factors and health: The predictive role of pre-employment experiences. *Journal of Occupational Psychology*, 64, 97-115.

Kobasa, S.C., Hilker, R.R.J. & Maddi, S.R. (1979). Who stays healthy under stress? *Journal of Occupational Medicine, September, 21 (9)*, 595-598.

Kobasa, S.C., Maddi, S.R. & Kahn, S. (1982). Hardiness and health: A prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42 (1), 168-177.

Kruger, D. (1979). *An introduction to phenomenological psychology*. Cape Town: Juta.

Lawrence, P.R. & Lorsch, J.W. (1967). *Organization and environment: Managing differentiation and integration*. New York: President.

Lazarus, R.S. (1966). *Psychological stress and the coping process*. New York. McGraw Hill.

Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal and Coping*. New York: Springer.

Lefcourt, M.H. (1983). *Research with the locus of control construct (Vol 3)*. London: Academic Press.

Maher, A.R. (1989). *Experiencing - A humanistic theory of psychology and psychiatry*. London: University of Ottawa Press.

- Mallin, S.B. (1979). *Merleau - Ponty's philosophy*. London: Yale University Press.
- McCormick, E.J. & Ilgen, D. (1980). *Industrial psychology (7th ed)*. London: Prentice-Hall.
- Miles, M.B. & Huberman, A.M. (1994). *Qualitative data analysis (2nd ed)*. London: Sage.
- Mouton, J. & Marais, H.C. (1992). *Basiese begrippe: Metodologie van die geesteswetenskappe*. Pretoria: RGN.
- Murgatroyd, S. (1982). Coping and the crisis counsellor. *British Journal of Guidance and Counselling*, 10 (2), 151-166.
- Plant, R. (1987). *Managing change and making it stick*. London: Haper Collins.
- Plug, C., Meyer, W.F., Louw, D.A., & Gouws, L.A. (1988). *Psigologiese woordeboek*. Johannesburg: Lexicon.
- Richardson, J. (1986). *Existential epistemology*. New York: Clarendon Press.
- Roos, N.J. & Moller, A.T. (1988). *Stres: Hanteer dit self*. Kaapstad: Human en Rousseau.
- Rosenbaum, M. (1980a). A schedule for assessing self-control behaviors: Preliminary findings. *Behavior Therapy*, 11, 109-121.
- Rosenbaum, M. (1980b). Individual differences in self-control behaviors and tolerance of painful stimulation. *Journal of Abnormal Psychology*, 89 (4), 581-590.
- Ross, R.R. & Altmaier, E.M. (1994). *Interventions in occupational stress*. London: Sage.

Rotter, J.B. (1971, June). External control and internal control. *Psychology Today*, 37-42 and 58-59.

Sashkin, M. & Burke, W.W. (1987). Organization development in the 1980's. *Journal of Management*, 13 (2), 393-417.

Schein, E.H. (1980). *Organizational psychology (3rd ed)*. Englewood Cliffs: Prentice-Hall.

Scott, C.D. & Jaffe, D.T. (1989). *Managing organizational change*. Los Altos: Crisp.

Semin, G.R. & Gergen, K.J. (1990). *Everyday understanding: Social and scientific implications*. London: Sage.

Smeltzer, L.R. (1991). An analysis of strategies for announcing organization-wide change. *Group and Organization Studies*, 16 (1), 5-24.

SPSS (1994). *SPSS base system user guide*. Release 6.0: SPSS U.K.

Strümpfer, D.J.W. (1990). Salutogenesis: A new paradigm. *South African Journal of Psychology*, 20 (4), 265-275.

Strümpfer, D.J.W. (1992, October). *Psychological strengths as point of departure: Fortigenesis*. Address on occasion of receiving PASA award, annual congress of the Psychological Association of South Africa, Stellenbosch.

Strümpfer, D.J.W. (1995). The origins of health and strength: From salutogenesis to fortigenesis. *South African Journal of Psychology*, 25 (2), 81-89 (Refer to the manuscript).

Strümpfer, D.J.W., Fritz, G., Page, M.J. & Scott, G. (1991). *Relationship of sense of coherence to health and work in data processing personnel*. Unpublished report in the Department of Psychology, University of Cape Town.

Valle, R.S., King, M., & Halling, S. (1989). An introduction to existential - phenomenological thought in psychology. In R.S. Valle and S. Halling (Eds), *Existential phenomenological perspectives in psychology - Exploring the breadth of human experience*. London: Plenum Press.

Zimbler, A., Solomon, C., Yom Tov, C. & Gruzol, C. (1985). *Conquering corporate stress*. Johannesburg: Davaris Stein.